



**LAYANAN INFORMASI DALAMMENINGKATKAN KESTABILAN  
EMOSI SISWA DI MADRASAH ALIYAH NEGERI 3 MEDAN  
SUMATERA UTARA**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan

Oleh

**RISKA DAYANA**

**NIM: 33.15.3.112**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2019**



**LAYANAN INFORMASI DALAM MENINGKATKAN KESTABILAN  
EMOSI SISWA DI MADRASAH ALIYAH NEGERI 3 MEDAN  
SUMATERA UTARA  
SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
dalam Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan

Oleh

**RISKA DAYANA**

**NIM: 33.15.3.112**

**PEMBIMBING I**

**PEMBIMBING II**

**Irwan S, MA**  
**NIP. 197405271998031002**

**Indayana Febriani Tanjung, M.Pd**  
**NIP. 198402232015032003**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2019**

Nomor : Istimewa Medan, Agustus 2019  
Lamp : - Kepada Yth:  
Hal : Skripsi Bapak Dekan Fakultas  
Ilmu  
**A.n. Riska Dayana** Tarbiyah dan  
Keguruan UIN-SU  
Di  
Medan

*Assalamu'alaikum Wr.Wb*

Dengan Hormat,

Setelah membaca, meneliti dan memberi saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi An. **Riska Dayana** yang berjudul **Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa di MAN 3 Medan**, kami berpendapat bahwa skripsi ini sudah dapat diterima untuk di Munaqasahkan pada sidang Munaqasah Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian saudara kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikumWr. Wb.*

**PEMBIMBING I**

**PEMBIMBING II**

**Irwan S, MA**  
**NIP. 197405271998031002**

**Indayana Febriani Tanjung, M.Pd**  
**NIP. 198402232015032003**

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :Riska Dayana

Nim :33.15.3.112

Fak/Prodi :Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan/Bimbingan Konseling Islam

Judul Skripsi :**Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa**

**Kelas XII IK-1 MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2018/2019**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan-ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka gelar dan ijazah yang diberikan oleh Universitas batal saya terima.

Medan, Agustus 2019

Yang Membuat  
Pernyataan

**Riska Dayana**  
**NIM. 33.15.3.112**

## ABSTRAK



**Nama: Riska Dayana**

**NIM:33.15.3.112**

**Fakultas: Ilmu Tarbiyah dan Keguruan**

**Jurusan: Bimbingan dan Konseling Islam**

**Pembimbing I: Irwan S, MA**

**Pembimbing II: Indayana Febriani Tanjung, M.Pd**

**JudulSkripsi :Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa Kelas XII IK-I di MAN 3 Medan Tahun Pelajaran 2018/2019**

---

**Kata Kunci : Layanan Informasi, Meningkatkan Kestabilan Emosi**

Tujuan penelitian ini adalah: Untuk Mendeskripsikan Kestabilan Emosi Siswa sebelum melakukan Layanan Informasi di kelas XII IK-1 MAN 3 Medan Tahun 2018/2019, untuk mengetahui bagaimana Kestabilan Emosi Siswa setelah melaksanakan Layanan Informasi pada siswa kelas XII IK-1 MAN 3 Medan Tahun 2018/2019, untuk mengetahui apakah Layanan Informasi dapat Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa di MAN 3 Medan baik di kelas maupun lingkungan dan sosialnya yang dilakukan di kelas XII IK-1 MAN 3 Medan T.P 2018/2019.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas. Subjek yang diteliti adalah Siswa Kelas XII IK-1 MAN 3 Medan, sebanyak 43 siswa yang mempunyai Kestabilan Emosi Rendah. Penelitian menggunakan Layanan Informasi. Layanan Informasi merupakan Layanan Bimbingan dan Konseling yang bermaksud memberikan pemahaman dan informasi yang membantu siswa menjelaskan mengenai tugas, cara dalam Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa. Penelitian ini dilakukan menggunakan 2 siklus ( siklus I dan siklus II) setiap siklus 2 kali pertemuan dan membahas 3 materi dengan alokasi waktu 45 menit. Hasil penelitian prasiklus sampai siklus II dapat diketahui melalui adanya peningkatan penilaian pada aspek yang diamati, mulai dari prasiklus dengan persentase 37,21% kategori rendah. Siklus I dilakukan dengan 2 kali pertemuan 60% kategori cukup berhasil. Dan siklus II dengan 2 kali pertemuan dengan persentase 81% kategori berhasil.

Di ketahui oleh

Pembimbing Skripsi I

**Irwan S, MA**

**NIP. 197405271998031002**

## KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Hidayahnya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Selanjutnya Shalawat berangkaian salam ditujukan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa risalahnya kepada seluruh umat manusia.

Penulis menyelesaikan skripsi ini guna memperoleh gelar sarjana di Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Skripsi ini berisikan hasil dari penelitian penulis yang berjudul **“Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosional Siswa Kelas XII IK-1 Ajaran 2018/2019”**. Dalam menulis skripsi ini penulis menyadari bahwa banyak kesulitan yang dihadapi, namun berkat usaha dan dukungan dari berbagai pihak akhirnya skripsi ini dapat penulis selesaikan walaupun masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu penulis dengan kelapangan hati menerima kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah memberikan bantuan dan motivasi baik dalam bentuk moril maupun materil sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk itu dengan sepuh hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Teristimewa penulis sampaikan terima kasih dengan setulus hati kepada kedua orang tua tercinta Ayahanda **Hariadi SM** (Lelaki tergagah sedunia) dan Ibunda **Sugiati** (Wanita tercantik nomor 1 sedunia) yang telah mengajarkan dan membekali saya ilmu agama untuk selalu mengingat Allah SWT, memberikan kekuatan kepada saya dalam bentuk doa yang selalu dipanjatkan untuk mencapai keridhoan ilahi, memberikan semangat yang

tiada hentinya, perhatian dan kasih sayang, dukungan yang tidak pernah lelah hingga tidak dapat digambarkan lewat perkataan, hingga bantuan moril dan material yang tidak akan mampu saya menggantinya dari saya bayi hingga saat ini sehingga saya dapat menyelesaikan pendidikan S1 saya ini di Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN SU.

2. Kepada saudara-saudara saya tersayang dan tercinta yang selalu memotivasi saya, baik abang kandung saya, kakak dan adik saya serta ipar-ipar saya, teruntuk Abang saya tertua **M.Ikhsan**, kakak saya, **Ayu Manda sari dan Windy Rahmadani**, Adik saya semata wayang **HardianHD**, serta abang ipar saya **Ridwan** dan **Dedikurniawan**, kakak ipar saya **Iin Lestari**, dan 2 keponakan lucu saya **Rizky AL-Ayyubi** dan **Dafa Ounur Farizky**. Mereka semua adalah sumber kebahagiaan saya setelah kedua orang tua.
3. Bapak **Prof. Dr. Saidurrahman, M.Ag** selaku Rektor UIN Sumatera Utara Medan.
4. Bapak **Dr. H. Amiruddin Siahaan, M.Pd** selaku dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN Sumatera UtaraMedan.
5. Ibu **Dr. Hj. Ira Suryani, M.Si** selaku Ketua Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam beserta jajarannya pada FITK UIN Sumatera UtaraMedan.
6. **Bapak Irwan S, MA** selaku Pembimbing I saya, Ibu **Indayana Febriani Tanjung M.Pd** selaku pembimbing II saya yang telah memberikan banyak arahan dan bimbingan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak **Drs. Mahidin, M.Pd** selaku Dosen Penasehat Akademik yang senantiasa memberikan arahan kepada penulis selama berada di

bangkuperkuliahahan.

8. Bapak dan Ibu dosen yang telah mendidik penulis selama menjalani pendidikan di Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan serta kepada seluruh staff pegawai administrasi kampus UIN Sumatera Utara Medan yang turut membantu penulis dalam menyelesaikan berbagai urusan administrasi kampus di UIN Sumatera Utara Medan.
9. Seluruh Keluarga Besar yang selalu memberi dukungan, motivasi dan doa dalam pekerjaan skripsi ini.
10. Seluruh pihak MAN 3 Medan yang telah memberikan izin dan memberikan informasi sehubungan dengan pengumpulan data pada penelitian ini.
11. Teruntuk teman-teman seperjuangan jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam stambuk 2015 (BKI-1) yang namanya tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang memberikan motivasi dan kenangan terindah selama saya kuliah dan tidak akan pernah terlupakan.
12. Untuk sahabat- sahabat tersayang **Kos Bhayangkara 08 AHAHAHHA(Ade Rahman, Uly Andriraya, Yuni NST, Mahrita Indah Sari, Intan Khairiyyah)** yang selalu menemani saya ketika sedih dan senang.
13. Kepada Kak **Ariska** yang telah banyak memberi arahan, kak **Dina** dan **Riska Maulia Dewi** yang sudah banyak membantu.
14. Terima kasih kepada sahabatku **DPRN(Devi, Panca, Riska, Nurleni)** di SMK N 1 Kisaran.
15. Dan terimakasih kepada semua pihak yang saya tidak dapat menyebutkan semua namanya di sini yang telah membantu proses penyelesaian skripsi



Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan penulis memohon maaf kepada semua pihak apabila terdapat kesalahan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun agar penulis dapat memberikan karya ilmiah ini untuk selanjutnya. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pihak-pihak lain yang membutuhkan khususnya jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam. Wassalammualaikum Wr. Wb

Medan, Agustus 2019

Penulis

**Riska Dayana**  
**33153112**

## **DAFTAR ISI**

### **SURAT PENGESAHAN**

### **SURAT ISTIMEWA**

### **SURAT PERNYATAAN**

### **ABSTRAK ..... i**

### **KATA PENGANTAR..... ii**

### **DAFTAR ISI..... vi**

## **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang .....	1
B. Fokus Penelitian .....	6
C. Rumusan Masalah .....	6
D. Tujuan Penelitian .....	6
E. Manfaat Penelitian .....	7

## **BAB II KAJIAN TEORI**

A. Layanan Informasi .....	8
1. Pengertian Layanan Informasi .....	8
2. Tujuan Layanan Informasi .....	11
3. Unsur-unsur Layanan Informasi .....	14
4. Proses Konseling .....	15
5. Asas Layanan Informasi.....	21
6. Pendekatan Strategi dan Teknik .....	21
7. Pelaksanaan Layanan Informasi.....	24

## B. Kestabilan Emosi Remaja

1. Pengertian Emosi .....	26
2. Kecerdasan Emosi.....	29
3. Teori-Teori Tentang Proses Terjadinya Emosi .....	30
4. Bentuk-Bentuk Emosi .....	31
5. Jenis-Jenis Emosi .....	32
6. Karakteristik Emosi.....	34
7. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kestabilan Emosi .....	37
8. Pengertian Remaja .....	38
9. Kecerdasan Emosi Remaja.....	39
10. Faktor yang Mempengaruhi Proses Perkembangan Emosi Remaja.....	40
11. Upaya Mengembangkan Emosi Remaja dan Implikasinya bagi Pendidikan.....	43
C. Kerangka Berfikir.....	45
D. Penelitian yang Relevan.....	46

## BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian .....	48
B. Lokasi Penelitian.....	48
C. Prosedur Penelitian.....	49
D. Instrumen Pengumpulan Data.....	53
E. Teknik Analisis Data.....	57

#### **BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN**

A. Paparan Data .....	59
B. Uji Hipotesis Data .....	68
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	89

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	94
B. Saran.....	96

#### **DAFTAR PUSTAKA .....**

#### **LAMPIRAN**

#### **DAFTAR TABEL**

#### **GAMBAR**

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 2.1 Skema Kerangka Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa di MAN 3 Medan .....	46
Tabel 2.2 Skema Siklus .....	51
Tabel 3.1 Kisi-Kisi Angket Kestabilan Emosi Sebelum Validitas .....	55
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Angket Kestabilan Emosi Setelah Validitas .....	56
Tabel 3.3 Pemberian Skor Angket Berdasarkan Skala Likert .....	57
Tabel 4.1 Tata Pendidik dan Kependidikan MAN 3 Medan .....	60
Tabel 4.2 Rekapitulasi Siswa Man 3 Medan .....	64
Tabel 4.3 Kondisi Ruang BK .....	66
Tabel 4.4 Waktu Kegiatan Wawancara Kestabilan Emosi .....	68
Tabel 4.5 Hasil Analisis Angket Seluruh Siswa Kelas XII-IK1 .....	69
Tabel 4.6 Hasil Analisis Angket Sebelum Dilakukan Layanan Informasi Kelas XII-IK1 .....	71
Tabel 4.7 Jadwal Pelaksanaan Siklus I .....	73
Tabel 4.8 Hasil Skor Angket Siklus I .....	78
Tabel 4.10 Jadwal Pelaksanaan Siklus II .....	81
Tabel 4.8 Hasil Skor Angket Siklus II .....	86

## **BAB I**

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Manusia selalu mengalami proses perkembangan dan pertumbuhan secara kontiniu baik fisik maupun psikis. Proses perkembangan dan pertumbuhan tersebut berjalan selaras dengan kematangan fungsi fisik dan psikis untuk mencapai perkembangan yang optimal. Siswa menengah atas adalah siswa yang berada pada rentangan usia remaja. Masa remaja cenderung diartikan oleh banyak orang sebagai usia bermasalah. Hal tersebut dikarenakan pada masa remaja banyak terjadi perubahan-perubahan yang terjadi dalam seorang remaja sehingga sering menimbulkan suatu hal yang tidak seimbang antara perubahan yang dialaminya terhadap lingkungan tempat remaja berada.<sup>1</sup>

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan pokok dalam hidup manusia. Untuk mendapatkan pendidikan yang baik maka perlu adanya pemahaman terhadap dasar dan tujuan pendidikan secara mendalam baik secara Islam maupun umum. Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20/2003 dinyatakan bahwa Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

---

<sup>1</sup> Elizabeth B. Hurlock, (1999), *Psikologi Perkembangan* “Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan”, Jakarta: Erlangga, Hal. 207

Bimbingan dan konseling merupakan pelayanan diri, untuk, dan oleh manusia memiliki pengertian yang khas. Bimbingan merupakan bantuan kepada individu dalam membuat suatu pilihan yang cerdas atau tepat dalam penyesuaian kehidupan mereka yang dilakukan oleh para ahli dengan menggunakan prosedur, cara dan bahan agar individu tersebut mampu mandiri dalam memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya. Sedangkan konseling adalah sebuah proses wawancara yang bertujuan untuk memberikan bantuan kepada seseorang sehingga orang yang dilayani dapat lebih berkembang dalam kehidupannya. <sup>2</sup>

Dalam pendidikan, konselor sekolah sebagai individu yang tidak diharapkan untuk bertindak sebagai hakim atau penilai. Konselor berbeda dengan guru, pengurus sekolah dengan orang tua dalam tugasnya di sekolah. Konselor tidak bertanggungjawab sebagai guru untuk memastikan bahwa pelajar mencapai dalam bidang akademik. Oleh karena itu konselor mampu untuk mengadakan hubungan yang harmonis sehingga tercapai pertumbuhan dan perkembangan pelajar.

Dalam pendidikan, Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen dalam keseluruhan sistem pendidikan khususnya disekolah. Dasar pemikiran penyelenggaraan bimbingan dan konseling di sekolah/ madrasah, bukan semata-mata pada ada atau tidaknya landasan hukum atau ketentuan dari atas,

---

<sup>2</sup> Sutirna, (2012), *Bimbingan dan Konseling "Pendidikan Formal dan informal"*, Bandung : Andi Offset, Hal. 04

namun yang lebih penting peserta didik agar mampu mengembangkan potensi pada dirinya atau mencapai tugas-tugas perkembangannya.<sup>3</sup>

Dalam Bimbingan Konseling Islam tertulis bahwa dalam aspek kejiwaan manusia, aspek ini meliputi aspek-aspek yang abstrak (tidak terlihat dan ketahuan dari luar), misalnya cara berfikir, sikap dan minat. Aspek ini memberi suasana jiwa emosi yang melatarbelakangi seseorang merasa gembira maupun sedih, mempunyai semangat yang tinggi atau tidak, mempunyai rasa sosial yang tinggi atau tidak. Aspek ini dipengaruhi oleh tenaga-tenaga kejiwaan salah satunya emosi baik cipta, rasa, dan karsa.<sup>4</sup> Dalam teknik konseling islami juga tertuliskan bahwa konseling islami harus bertitik tolak dari prinsip pemupukan penjiwaan agama pada diri konseli atau siswa dalam upaya menyelesaikan masalah dalam kehidupannya.<sup>5</sup>

Bimbingan dan konseling adalah untuk menolong pelajar memahami berbagai pengalaman diri, betapa dalam dan luasnya pengalaman itu, peluang yang ada, serta pilihan yang terbuka untuk mereka dengan menolong mereka mengenal, membuat interpretasi dan bertindak terhadap kekuatan sendiri

---

<sup>3</sup> Purbatua Manurung, Tumiyem, Helmi Ghoffar, (2016), *Media Pembelajaran dan Pelayanan BK*, Medan : Perdana Publishing, Hal. 10

<sup>4</sup> Tarmizi, (2018), *Bimbingan Konseling Islam “Konseling Islami”*, Medan : Perdana Publishing, Hal. 124

<sup>5</sup> Saiful Akhyar Lubias, (2015), *Konseling Islami*, Bandung : Citapustaka Media, Hal. 109



dansumber diri mereka yang bertujuan untuk mempercepat perkembangan diri pelajar.<sup>6</sup>

Madrasah Aliyah Negeri MAN Patumbak adalah suatu lembaga pendidikan formal negeri. Bimbingan konseling di MAN Patumbak ditangani oleh guru khusus, yaitu yang berlatar belakang pendidikan di bidang konseling. Pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah tersebut sudah berjalan lancar dan hal tersebut didukung oleh fasilitas yang memadai. Walaupun pelaksanaan bimbingan dan konseling berjalan lancar tetapi belum tentu siswa dan siswinya mampu dalam menstabilkan emosinya untuk itu perlu dilakukannya penelitian mengenai cara menstabilkan emosi siswa di MAN 3 Medan Patumbak.

Berdasarkan wawancara dengan Ibu Amel selaku guru BK MAN 3 Medan mengemukakan bahwa ditemui siswa yang masih berteman secara kelompok-kelompok (geng), siswa atau siswinya masih membedakan pertemanan contohnya saja yang berhijabnya panjang berteman dengan yang berhijab panjang dan masih mengasingkan teman yang hijabnya biasa-biasa. Bahkan yang lebih fatal mereka tidak mau berteman dengan yang berhijab biasa karena dikira tidak baik dalam segi agama dan takut membawa dampak buruk dalam kehidupannya.<sup>7</sup>

Menurut peneliti perilaku yang terjadi pada remaja dapat dihindari dan diminimalisir jika remaja tersebut mampu mengelola dan mengenali segala sesuatu yang datang ke dalam dirinya sehingga emosi yang dikeluarkan dapat

---

<sup>6</sup> Nur Ainun Nasution, (2013), *Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Melalui Teknik Konseling Behavioristik Di Kelas XI Man Panyabungan Kec.Panyabungan Kota Kab.Mandailing Natal*, Skripsi, Hal. 2

<sup>7</sup> Wawancara dengan Ibu Amel selaku guru Bimbingan dan Konseling MAN 3 Medan, Jumat 05 April 2019, di Kantor BK MAN 3 Medan

diarahkan kearah yang lebih baik atau perilaku yang positif. Karena pada dasarnya masalah yang dialami remaja merupakan pengaruh yang muncul akibat perkembangan yang dialaminya sehingga mereka mudah sekali menerima gangguan pikiran, perasaan maupun gangguan perilaku. Remaja bisa dengan mudahnya mengalami stres, kesedihan, kecemasan, kesepian, keraguan pada diri yang membuat mereka bereaksi sesuai apa yang mereka anggap baik bagi diri mereka dan tidak terlalu memikirkan respon orang lain terhadap tindakan yang dilakukannya secara berlebihan dan terkadang tidak realistis. Setelah remaja dapat menentukan pendirian hidupnya, pada dasarnya telah tercapailah masa remaja akhir dan telah terpenuhilah tugas-tugas perkembangan masa remaja, yaitu menemukan pendirian hidup dan masuklah individu kedalam masa dewasa.<sup>8</sup>

Berkaitan dengan memberi bantuan kepada siswa dalam rangka upaya peningkatan kestabilan emosi remaja ini. Salah satu layanan yang dapat diberikan adalah Layanan Informasi. Layanan informasi bertujuan untuk pengembangan kemandirian, Pemahaman dan penguasaan individu terhadap informasi yang diperlukan akan memungkinkan individu:

- a. Mampu memahami dan menerima diri dan lingkungannya secara objektif, positif, dan dinamis
- b. Mengambil keputusan
- c. Mengarahkan diri untuk kegiatan-kegiatan yang berguna sesuai dengan keputusan yang diambil
- d. Mengaktualisasikan secara terintegrasi

---

<sup>8</sup> Djawad Dahlan, (2012), *Psikologi Perkembangan “ Anak dan Remaja ”*, Bandung : PT Remaja Rodaskarya, Hal. 116

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk menjadikan penelitian dengan judul: **Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa Di Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan.**

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas penulis memfokuskan penelitian ini pada : **Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa Di Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan.**

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan masalah di atas, penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kestabilan emosi siswa sebelum dilakukannya layanan informasi di sekolah MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2019/2020?
2. Bagaimana kestabilan emosi siswa sesudah dilakukannya layanan informasi di sekolah MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2019/2020?
3. Apakah ada peningkatan kestabilan emosi siswa setelah dilakukannya layanan informasi di sekolah MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2019/2020?

## **D. Tujuan Penelitian**

Sehubungan dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimana kestabilan emosi siswa sebelum dilakukannya layanan informasi di sekolah MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.
2. Untuk mengetahui bagaimana kestabilan emosi siswa sesudah dilakukannya layanan informasi di sekolah MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.
3. Untuk mengetahui apakah ada peningkatan kestabilan emosi siswa setelah dilakukannya layanan informasi di sekolah MAN 3 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Adapun kegunaan penelitian ini adalah:

1. Sebagai bahan masukan kepada kepala sekolah dan guru pembimbing untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa agar dapat menunjang kegiatan belajar mengajar yang tepat guna bermanfaat bagi siswa.
2. Bagi guru pembimbing diharapkan berguna untuk dapat bekerja sama dengan guru lainnya dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan Kec. Patumbak Kab. Deli Serdang.
3. Bagi siswa dapat memberikan keterangan meningkatkan kestabilan emosi menggunakan layanan informasi yang sesuai permasalahan siswa.
4. Bagi penulis pribadi berguna sebagai bahan masukan terutama bagi mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang mengadakan penelitian yang sama di lokasi yang berbeda.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Layanan Informasi**

##### **1. Pengertian Layanan Informasi**

Bimbingan dan konseling merupakan kegiatan yang menyatu dengan kegiatan pendidikan lainnya di sekolah. Di sekolah bimbingan dan konseling dilaksanakan dalam rangka membimbing dan mengkonseling siswa. Baik bimbingan maupun konseling dilaksanakan melalui kegiatan yang dikenal istilah layanan dan kegiatan pendukung. Layanan adalah kegiatan utama yang menjadi tanggung jawab guru bimbingan dan konseling sedangkan kegiatan pendukung adalah kegiatan guru untuk membantu mensukseskan layanan yang telah dilaksanakan. Sampai saat ini sesuai dengan bimbingan dan konseling Pola 17 Plus yang disempurnakan layanan dalam bimbingan dan konseling itu ada sepuluh jenis, sedangkan kegiatan pendukung ada enam. Salah satu dari sepuluh jenis layanan dalam bimbingan dan konseling adalah layanan informasi.

Banyak ahli yang mengemukakan pendapat tentang layanan informasi ini antara lain sebagaimana menurut WS. Winkel bahwa layanan informasi adalah: “Merupakan suatu layanan yang berupaya memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan. Layanan informasi yang bermakna usaha-usaha

untuk membekali siswa dengan pengetahuan serta pemahaman tentang lingkungan hidupnya dan tentang proses perkembangan anak muda.<sup>9</sup>

Layanan ini merupakan layanan yang dibutuhkan oleh individu. Tujuan layanannya adalah agar individu memiliki pengetahuan (informasi) yang memadai, baik tentang dirinya maupun tentang lingkungannya, serta sumber-sumber belajar yang sangat diperlukan oleh peserta layanan agar lebih mudah dalam membuat perencanaan dan mengambil keputusan.<sup>10</sup>

Melalui layanan informasi siswa berusaha memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan, untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari manusia memerlukan informasi juga untuk merencanakan kehidupannya dimasa depan, akibat karena tidak mampu untuk mengakses informasi dan keterbatasan dalam memperoleh suatu informasi maka melalui layanan bimbingan dan konseling individu dapat memperoleh informasi. Ada tiga alasan utama mengapa pemberian informasi perlu diselenggarakan:

- a. Membekali individu dengan berbagai pengetahuan tentang lingkungan yang diperlukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi berkenaan dengan lingkungan sekitar, pendidikan, jabatan, maupun sosial-budaya. Dalam masyarakat yang serba majemuk dan semakin kompleks, pengambilan keputusan yang dapat dipertanggung jawabkan sebagai besar terletak di tangan individu itu sendiri. Dalam hal ini, layanan informasi berusaha

---

<sup>9</sup>Tohirin, (2008), *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, Hal. 147

<sup>10</sup>Ahmad Juntika Nurihsan, (2014), *Bimbingan & Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*, Bandung: PT Refika Aditama, Hal. 19

merangsang individu untuk dapat secara kritis mempelajari berbagai informasi berkaitan dengan hajat hidup dan perkembangannya.

- b. Kemungkinan individu dapat menentukan arah hidupnya “ke mana dia ingin pergi”. Syarat dasar untuk dapat menentukan arah hidup adalah apabila ia mengetahui apa (informasi) yang harus dilakukan serta bagaimana bertindak secara kreatif dan dinamis berdasarkan atas informasi-informasi yang ada itu. Dengan kata lain, berdasarkan atas informasi yang diberikan itu individu diharapkan dapat membuat rencana- rencana dan keputusan tentang masa depannya serta bertanggung jawab atas rencana dan keputusan yang dibuatnya itu.
- c. Setiap individu adalah unik. Keunikan itu akan membawakan pola-pola pengambilan keputusan dan bertindak yang berbeda-beda disesuaikan dengan aspek- aspek kepribadian masing- masing individu. Pertemuan antara keunikan individu dan variasi kondisi yang ada di lingkungan dan masyarakat yang lebih luas, diharapkan dapat menciptakan berbagai kondisi baru baik bagi individu yang bersangkutan maupun bagi masyarakat, yang semuanya itu sesuai dengan keinginan individu dan masyarakat. Dengan demikian akan terciptalah dinamika perkembangan individu dan masyarakat berdasarkan potensi positif yang ada pada diri individu dan masyarakat.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Prayitno, (2004), *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT Rineka Cipta, Hal. 260-261

## **2. Tujuan Layanan Informasi**

Layanan informasi bertujuan agar individu (siswa) mengetahui menguasai informasi yang selanjutnya akan dimanfaatkan untuk keperluan hidupnya sehari-hari dan perkembangan dirinya. Selain itu, apabila merujuk kepada fungsi pemahaman, layanan informasi bertujuan agar individu memahami berbagai informasi yang dapat digunakan untuk mencegah timbulnya masalah, pemecahan suatu masalah, untuk memelihara dan mengembangkan potensi individu serta memungkinkan individu yang bersangkutan membuka diri mengaktualisasikan hak-haknya.

Layanan informasi bertujuan untuk pengembangan kemandirian. Pemahaman dan penguasaan individu terhadap informasi yang diperlukan akan memungkinkan individu:

- a. Mampu memahami dan menerima diri dan lingkungannya secara objektif, positif, dan dinamis
- b. Mengambil keputusan
- c. Mengarahkan diri untuk kegiatan-kegiatan yang berguna sesuai dengan keputusan yang diambil
- d. Mengaktualisasikan secara terintegrasi.<sup>12</sup>

Adapun tujuan layanan informasi baik tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum layanan informasi adalah dikuasainya informasi tertentu oleh peserta layanan. Informasi tersebut selanjutnya digunakan oleh peserta untuk keperluan hidupnya sehari-hari yaitu dalam rangka kehidupan efektif sehari-

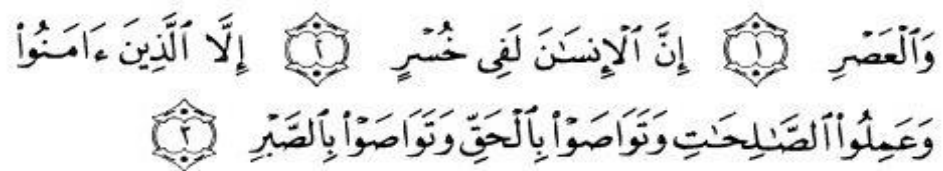
---

<sup>12</sup>Tohirin, *Op.Cit*, Hal. 147-148



hari(KES) dan perkembangan dirinya. Sedangkan tujuan khusus layanan informasi terkait dengan berbagai fungsi, yang paling dominan ialah fungsi pemahaman dan paling langsung diemban oleh layanan informasi. Peserta layanan memahami informasi dengan berbagai seluk- beluknya sebagai isi layanan. Penguasaan informasi tersebut dapat digunakan untuk pemecahan masalah (apabila peserta yang bersangkutan mengalaminya); untuk mencegah timbulnya masalah; untuk mengembangkan dan memelihara potensi yang ada; dan untuk memungkinkan peserta yang bersangkutan membuka diri dalam mengaktualisasikan hak-haknya.

Sesuai dengan dalam QS Al Ashr ayat 1-3:



Artinya:

*“ Demi masa. Sungguh manusia dalam kerugian, kecuali mereka yang beriman dan melakukan amal kebaikan, saling menasehati supaya mengikuti kebenaran dan saling menasehati supaya mengamalkan kesabaran”. (QS Al Ashr:1-3*

Dengan kata lain manusia diharapkan saling memberi bimbingan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri, sekaligus memberi

konseling agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya.

Dalam hal pengembangan kemandirian, pemahaman dan penguasaan peserta terhadap informasi yang diperlukannya akan memungkinkan ia mampu memahami dan menerima diri dan lingkungannya secara objektif positif dan dinamis, mengambil keputusan, mengarahkan diri untuk kegiatan- kegiatan yang berguna sesuai dengan keputusan yang diambil dan akhirnya mengaktualisasikan diri secara terintegrasi. “Dengan demikian, meskipun tujuan layanan informasi tampak sederhana dan tunggal, apabila penguasaan informasi itu benar- benar berkualitas tinggi, tidak mustahil dapat digunakan untuk keperluan yang lebih luas.”<sup>13</sup>

Layanan informasi bertujuan untuk membekali siswa dengan berbagai pengetahuan dan pemahaman tentang berbagai hal yang berguna untuk mengenali diri, merencanakan dan mengembangkan pola kehidupan sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat. Pemahaman yang diperoleh melalui layanan informasi digunakan sebagai bahan acuan dalam meningkatkan kegiatan dan prestasi belajar, mengembangkan cita-cita, menyelenggarakan kehidupan sehari-hari dan mengambil keputusan. Dalam hal pengembangan kemandirian, pemahaman dan penguasaan peserta terhadap informasi yang diperlukannya akan memungkinkan dan mampu memahami dan menerima diri dan lingkungannya secara objektif, positif dan dinamis; mengambil keputusan, mengarahkan diri untuk kegiatan yang

---

<sup>13</sup>Prayitno, (2012), *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*, Padang: UNP, Hal. 50-51

berguna sesuai dengan keputusan yang diambil dan akhirnya mengaktualisasikan diri secara terintegritas.

Kegiatan pendukung dalam layanan informasi di antaranya aplikasi instrumentasi, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus.<sup>14</sup>

### **3. Unsur-Unsur Layanan Informasi**

Dalam layanan informasi terlibat tiga komponen pokok yaitu Konselor, peserta, dan informasi yang menjadi isi layanan.

#### **a. Guru Bimbingan dan Konseling**

Guru bimbingan dan konseling adalah seorang yang ahli dalam pelayanan konseling, adalah penyelenggara layanan informasi. Konselor menguasai sepenuhnya informasi yang menjadi isi layanan, mengenal dengan baik peserta layanan dan kebutuhannya akan informasi, dan menggunakan cara-cara yang efektif untuk melaksanakan layanan.

#### **b. Siswa**

Peserta layanan informasi, seperti layanan orientasi, dapat berasal dari berbagai kalangan, siswa di sekolah, mahasiswa, anggota instansi dan dunia usaha/industri, serta anggota-anggota masyarakat lainnya, baik secara perorangan maupun kelompok. Bahkan narapidana dan mereka yang berada dalam kondisi

---

<sup>14</sup>Abu Bakar M. Luddi, (2010), *Dasar-Dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik*, Bandung: Perdana Mulya Sarana, Hal. 63- 64

khusus tertentu pun dapat menjadi peserta layanan, asal suasana dan ketentuan yang berlaku.

Pada dasarnya seseorang bebas untuk mengikuti layanan informasi sepanjang isi layanan bersifat terbuka dan tidak menyangkut pribadi- pribadi tertentu. Kriteria seseorang menjadi peserta layanan informasi pertama- tama menyangkut pentingnya isi layanan bagi (calon) peserta yang bersangkutan. Apabila seseorang tidak memerlukan informasi yang menjadi isi layanan informasi, maka mereka tidak perlu menjadi peserta layanan. Pertanyaannya, siapa yang menentukan seseorang perlu atau layak menjadi peserta layanan informasi?

Pertama, (calon) peserta sendiri. Mereka mengidentifikasi informasi- informasi yang diperlukan. Selanjutnya mampu menyampaikan keinginannya untuk memperoleh informasi yang diperlukan itu kepada pihak-pihak yang menjadi dan memiliki kepedulian tinggi atau tanggung jawab tertentu terhadap calon peserta. Konselor atau guru bimbingan dan konseling mengidentifikasi informasi-informasi penting apa yang perlu dikuasai oleh individu- individu.<sup>15</sup>

#### **4. Proses Konseling**

Proses konseling dapat terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Menurut Brammer (dalam Willis 2010:50) proses konseling adalah peristiwa yang tengah berlangsung dan memberi makna bagi para peserta konseling tersebut. Secara umum, proses konseling terdiri dari tiga tahapan yaitu:

---

<sup>15</sup>*Ibid*, Hal. 52-55

(1) tahap mendefinisikan masalah (tahap awal), (2) tahap bekerja dengan definisi masalah (tahap pertengahan), (3) tahap keputusan untuk berbuat (tahap akhir).

a. Tahap Awal Konseling

Tahap awal ini terjadi sejak klien bertemu konselor hingga berjalan proses konseling dan menemukan definisi masalah klien. Adapun yang dilakukan oleh konselor dalam proses konseling tahap awal itu adalah sebagai berikut:

- 1) membangun hubungan konseling dengan melibatkan klien yang mengalami masalah.

Pada tahap ini konselor berusaha untuk membangun hubungan dengan cara melibatkan klien dan berdiskusi dengan klien. Hubungan tersebut dinamakan *a working relationship*, yaitu hubungan yang berfungsi, bermakna, dan berguna. Keberhasilan konseling diantaranya sangat ditentukan oleh tahap awal ini. Kunci keberhasilan tahap ini diantaranya ditentukan oleh keterbukaan konselor dan keterbukaan klien. Keterbukaan klien untuk mengungkapkan isi hati, perasaan, dan harapan sehubungan dengan masalah ini akan sangat bergantung pada kepercayaan klien terhadap konselor. Konselor hendaknya mampu menunjukkan kemampuannya untuk dapat dipercaya oleh klien, tidak pura-pura, asli, mengerti dan menghargai klien. Pada tahap ini konselor hendaknya mampu melibatkan klien untuk terus menerus dalam proses konseling.

- 2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah.

Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dan klien sudah melibatkan diri, berarti kerja sama antara konselor dengan klien bisa dilanjutkan dengan mengangkat isu, kepedulian, dan masalah yang dialami klien. Sering klien tidak begitu mudah menjelaskan masalahnya, walaupun mungkin dia hanya mengetahui gejala-gejala masalah yang dialaminya. Klien juga sering tidak mengetahui potensi yang dia miliki yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah. Tugas konselor adalah membantu mengembangkan potensi klien sehingga klien dengan kemampuannya itu dapat mengatasi masalahnya. Untuk mengatasi masalahnya itu terlebih dahulu klien harus mampu menjelaskan masalahnya tersebut. Tugas konselor adalah membantu menjelaskan masalah yang dialami kliennya itu.

3) Membuat peninjauan alternative bantuan untuk mengatasi masalah.

Konselor berusaha meninjau kemungkinan rancangan bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien dan lingkungannya yang tepat untuk mengatasi masalah kliennya.

4) Menegosiasi kontrak.

Kontrak konselor dengan klien mengenai waktu, tempat, tugas dan tanggung jawab konselor, tugas dan tanggung jawab klien, tujuan konseling dan kerja sama lainnya dengan pihak-pihak yang akan membantu perlu dilakukan pada tahap ini. Kontrak itu mengatur kegiatan konseling termasuk kegiatan konselor dan klien. Ini artinya konseling adalah kegiatan yang saling menunjang dan bukan pekerjaan konselor

saja. Disamping itu pula dalam kontrak ini konselor mengajak klien dan pihak lain untuk bekerja sama dalam menyelesaikan masalah kliennya.

b. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada: a) penjelajahan masalah klien, b) bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah klien. Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh perspektif baru, alternative baru yang unguin berbeda dengan sebelumnya, dalam rangka mengambil keputusan dan tindakan. Dengan danya perspektif baru, berarti ada dinamika pada diri klien menuju perubahan. Tanpa perspektif maka klien sulit untuk berubah. Adapun tujuan tahap pertengahan ini yaitu:

- 1) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu dan kepedulian klien lebih jauh. Dengan penjelajahan ini, konselor berusaha agar klien mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalahnya. Konselor mengadakan *reassessment* (penilaian kembali) dengan melibatkan klien, artinya masalah itu dinilai bersama-sama. Jika klien bersemangat berarti klien sudah begitu terlibat dan terbuka. Klien kan melihat masalahnya dari perspektif atau pandangan yang lain yang lebih objektif dan mungkin pula dengan berbagai alternatif.
- 2) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara. Hal ini dapat terjadi jika: pertama, klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling serta menampilkan keperluan untuk mengembangkan potensi diri dan memecahkan masalahnya, kedua,

konselor berupaya kreatif dengan keterampilan yang bervariasi serta memelihara keramahan, empati, kejujuran, keikhlasan dalam memberi bantuan, kreativitas konselor dituntut pula untuk membantu klien menemukan berbagai alternative sebagai upaya untuk menyusun rencana bagi penyelesaian masalah dan pengembangan diri.

- 3) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Kontrak dinegosiasikan agar betul-betul memperlancar proses konseling. Oleh karena itu konselor dan klien agar selalu menjaga perjanjian dan selalu mengingat dalam pikirannya. Pada tahap pertengahan konseling ada beberapa strategi yang perlu digunakan konselor yaitu, pertama, mengkomunikasikan nilai-nilai inti, yakni agar klien setelah jujur dan terbuka dan menggali lagi lebih dalam masalahnya, karena dikonsisikan sudah amat kondusif, maka klien sudah merasa aman, dekat, terundang dan tertantang untuk memecahkan masalahnya, kedua, menantang klien sehingga klien mempunyai strategi baru dan rencana baru, melalui pilihan dari beberapa alternative untuk meningkatkan dirinya.

c. Tahap akhir Konseling (tahap tindakan)

Pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu:

- 1) Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- 2) Adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat dan dinamik.



- 3) Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.
- 4) Terjadinya perubahan sikap positif yaitu, mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar seperti, orangtua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Maksudnya klien sudah berpikir realistic dan percaya diri.

Tujuan-tujuan tahap akhir konseling adalah sebagai berikut:

- 1) Memutuskan perubahan sikap dan perilaku memadai. Klien dapat melakukan keputusan tersebut karena klien sejak awal sudah menciptakan berbagai alternative dan mendiskusikannya dengan konselor, lalu klien putuskan alternative mana yang terbaik.
- 2) Terjadinya *transfer of learning* pada diri klien. Klien belajar dari proses konseling mengenai perilakunya dan hal-hal yang membuatnya terbuka untuk mengubah perilakunya di luar proses konseling. Artinya klien mengambil makna dari hubungan konseling untuk keperluan akan suatu perubahan.
- 3) Melaksanakan perubahan perilaku. Pada akhir konseling klien sadar akan perubahan sikap dan perilakunya. Sebab klien datang minta bantuan adalah atas kesadaran akan perlunya perubahan pada dirinya.
- 4) Mengakhiri hubungan konseling. Sebelum ditutup ada beberapa tugas klien yaitu, pertama, membuat kesimpulan-kesimpulan mengenai hasil

proses konseling, kedua, mengevaluasi jalannya proses konseling, ketiga membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Beberapa indikator keberhasilan konseling adalah:

- 1) Menurunnya kecemasan klien
- 2) Mempunyai rencana hidup yang praktis, pragmatis, dan berguna
- 3) Harus ada perjanjian kapan rencananya akan dilaksanakan sehingga pada pertemuan berikutnya konselor sudah dapat mengecek hasil pelaksanaan rencananya.<sup>16</sup>

## **5. Asas Layanan Informasi**

Layanan informasi pada umumnya merupakan kegiatan yang diikuti oleh sejumlah peserta dalam suatu forum terbuka. Asas kegiatan mutlak diperlukan, didasarkan pada kesukarelaan dan keterbukaan, baik dari para peserta maupun Konselor atau guru bimbingan dan konseling. Asas kerahasiaan diperlukan dalam layanan informasi yang diselenggarakan untuk peserta atau klien khususnya dengan informasi yang sangat mempribadi. Layanan informasi yang mempribadi ini biasanya tergabung ke dalam layanan konseling lain yang relevan, seperti konseling perorangan.<sup>17</sup>

---

<sup>16</sup>Achmad Juntika Nurihsan, (2007), *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling*, Bandung: PT Refika Aditama, hal. 12-14

<sup>17</sup> Lahmuddin, (200), *Konsep-Konsep Dasar Bimbingan Konseling*, Medan: IAIN PRESS, Hal. 8

## **6. Pendekatan, Strategi dan Teknik**

Layanan informasi diselenggarakan secara langsung dan terbuka dari guru bimbingan dan konseling kepada pesertanya. Berbagai teknik dan media yang bervariasi dan luwes dapat digunakan dalam forum klasikal dan kelompok. Format individual dapat diselenggarakan untuk peserta khusus dengan, informasi khusus, dan biasanya terkait dengan layanan konseling lainnya. Layanan informasi dalam forum yang lebih luas dapat berbentuk pertemuan umum, pameran, melalui media siaran tertulis dan elektronik ataupun cara-cara penyampaian lainnya. Layanan informasi diselenggarakan secara langsung dan terbuka dari konselor kepada pesertanya. Berbagai teknik dan media yang bervariasi dan luwes dapat digunakan dalam forum klasikal dan kelompok. Format individual dapat diselenggarakan untuk peserta khusus dengan, informasi khusus, dan biasanya terkait dengan layanan konseling lainnya. Layanan informasi dalam forum yang lebih luas dapat berbentuk pertemuan umum, pameran, melalui media siaran tertulis dan elektronik ataupun cara-cara penyampaian lainnya.

Format yang akan digunakan tentu tergantung jenis informasi dan karakteristik peserta layanan. Beberapa teknik yang biasa digunakan untuk layanan informasi adalah:

### **a. Format**

Untuk layanan informasi format yang umumnya dipakai adalah forum klasikal dengan jumlah peserta yang terbatas (satu kelas atau gabungan beberapa

kelas). Format kelompok biasanya untuk mendalami hal-hal yang dikemukakan dalam format klasikal. Format jarak jauh dapat juga tetapi dirasakan cukup mahal.

b. Teknik

1. Ceramah, Tanya jawab dan Diskusi

Cara penyampaian informasi yang paling biasa dipakai adalah ceramah, yang diikuti dengan Tanya jawab. Untuk mendalami informasi tersebut dapat dilakukan diskusi di antara peserta.

2. Media

Dalam penyampaian informasi dapat digunakan media pembantu berupa alat peraga, media tulis dan grafis serta perangkat dan program elektronik (seperti radio, televisi, rekaman, komputer, OHP, LCD).

c. Narasumber

Penyelenggaraan layanan informasi tidak dimonopoli oleh guru bimbingan dan konseling, pihak-pihak lain dapat ikutsertakan. Dalam hal ini isi informasi sangat dominan. Sesuai dengan isi layanan informasi dan para pesertanya, narasumber diundang untuk menyajikan informasi yang dimaksudkan. Narasumber dari luar lembaga sendiri (dari praktisi sehari-hari seperti tukang sate, tukang kebun, sampai akademisi tingkat tinggi seperti ahli geologi, ahli hubungan internasional).

d. Waktu dan Tempat

Waktu dan tempat penyelenggaraan layanan orientasi sangat tergantung pada format dan isi layanan. Format klasikal dan isi layanan yang terbatas untuk para siswa dapat diselenggarakan di kelas-kelas menurut jadwal pembelajaran sekolah.

e. Program terkait

Sama dengan layanan orientasi, layanan informasi dapat ditampilkan melalui program elektronik atau komputer. Program komputer interaktif tentang informasi disusun sedemikian rupa sehingga aktivitas BMB3 dalam memaknai informasi lewat komputernya.<sup>18</sup>

## **7. Pelaksanaan Layanan Informasi**

Layanan informasi perlu direncanakan oleh guru bimbingan dan konseling dengan cermat, baik mengenai informasi yang menjadi isi layanan, metode maupun media yang digunakan. Kegiatan peserta layanan selain mendengar dan menyimak, perlu mendapat pengarahannya dan memaknai isi layanan, terutama berkenaan dengan dinamika BMB3.

a. Perencanaan

Identifikasi kebutuhan akan informasi bagi subjek (calon) peserta layanan menjadi hal pertama dalam perencanaan layanan dan menetapkan nara sumber menjadi hal kedua yang secara langsung dikaitkan dengan penetapan prosedur , perangkat dan media layanan. Semua unsur perencanaan ini kemas dalam SATLAN/RPL.

---

<sup>18</sup> *Ibid*, Hal. 65

#### b. Pengorganisasian Unsur-unsur dan Sasaran Layanan

Materi layanan informasi, nara sumber, dan tempat penyajian informasi serta kesiapan kelengkapan administrasi menjadi hal utama dalam tahap pengorganisasian persiapan layanan.

#### c. Pelaksanaan

Mengaktifkan peserta layanan dalam dinamika BMB3 adalah sangat esensial dalam layanan informasi. Untuk itu penggunaan metode dan media oleh nara sumber perlu dioptimalkan. Strategi BMB3 dibangun untuk mendinamisasi aktivitas peserta layanan.

#### d. Penilaian

Sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai, penilaian hasil layanan informasi difokuskan kepada pemahaman para peserta terhadap informasi yang menjadi isi layanan. Refleksi BMB3 sangat dominan. Pemahaman para peserta layanan itu lebih jauh dapat dikaitkan dengan kegunaan dengan informasi yang diperolehnya itu (yaitu dimensi tri guna hasil pembelajaran). Evaluasi lisan maupun tertulis dapat digunakan untuk mengungkapkan pemahaman peserta tentang informasi yang baru disajikan. Dalam hal ini penilaian segera (laiseg) diperlukan. Penilaian jangka pendek (laijapen) dan jangka panjang (laijapan) diselenggarakan sesuai dengan kegunaan materi layanan informasi dalam kaitannya dengan pengentasan masalah klien yang secara khusus ditangani melalui layanan-layanan konseling lainnya.

e. Tindak Lanjut dan Laporan

Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut dan mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak terkait merupakan arah kegiatan untuk mengakhiri layanan informasi. Dokumen LAPELPROG perlu disusun dan digunakan secara tepat.<sup>19</sup>

## **B. Kestabilan Emosi Remaja**

### **1. Pengertian Emosi**

Apakah yang disebut dengan emosi? Sebagian orang mengartikan emosi sama dengan perasaan. Orang-orang telah mencoba untuk memahami fenomena emosi selama ribuan tahun. Definisi utama emosi mengacu pada perasaan kuat yang melibatkan pikiran, perubahan fisiologis, dan ekspresi pada sebuah perilaku.<sup>20</sup>

Pada umumnya perbuatan kita sehari-hari disertai oleh perasaan-perasaan tertentu, yaitu perasaan senang atau tidak senang. Perbuatan senang atau tidak senang yang selalu menyertai perbuatan kita sehari-hari disebut warna efektif yang kuat, maka perasaan-perasaan menjadi lebih mendalam, lebih luas, dan lebih terarah. Perasaan-perasaan seperti ini disebut emosi.<sup>21</sup>

---

<sup>19</sup> *Ibid*, Hal. 70

<sup>20</sup> Masganti Sit, (2017), "*Perkembangan Peserta Didik*", Depok : Prenadamedia Group, Hal. 131

<sup>21</sup> Nurussakinah Daulay, (2014), "*Pengantar Psikologi*", Jakarta : Prenamedia Group, Hal. 151

Banyak definisi mengenai emosi yang dikemukakan oleh para ahli. Istilah emosi, menurut Daniel Goelman, seorang pakar *kecerdasan emosional*, makna tepatnya masih sangat membingungkan, baik kalangan para ahli psikologi maupun ahli filsafat dalam kurun waktu selama lebih dari satu abad. Karena dalam mendefinisikan emosi merujuk kepada makna yang paling harfiah yang diambil dari *Oxford English Dictionary* yang memaknai emosi sebagai setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat dan meluap-luap. Lebih lanjut, Daniel Goelman mengatakan bahwa emosi merujuk kepada suatu perasaan dan pikiran-pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecerdasan untuk bertindak.<sup>22</sup>

Kata emosi adalah kata serapan dari bahasa Inggris, yakni ‘emotion’. Dalam kamus, kata ‘emotion’ digunakan untuk menggambarkan perasaan yang kuat akan sesuatu dan perasaan yang sangat menyenangkan atau sangat mengganggu. Emosi adalah suatu keadaan yang kompleks berlangsung biasanya tidak lama, yang mempunyai komponen pada badan dan pada jiwa individu, pada jiwa timbul keadaan terangsang atau “excitement” dengan perasaan yang hebat serta biasanya terdapat impuls untuk berbuat sesuatu tertentu.<sup>23</sup>

Salah satu perubahan pada masa remaja adalah perubahan emosi, dimana masa remaja mengalami ketegangan emosi yang meningkat. Oleh karena itu, pada masa remaja dianggap sebagai periode badai dan tekanan, yaitu dimana

---

<sup>22</sup> Mohammad Ali, Mohammad Ashori, (2011), *Psikologi Remaja “Perkembangan Peserta Didik”*, Pontianak : Bumi Aksara, Hal. 62

<sup>23</sup> Wawan Candra, Gusti Ayu Harini, Nengah Sumirta, (2017), *Psikologi “Landasan Keilmuan Praktik Keprawatan Jiwa”*, Denpasar : CV. Andi Offset, Hal. 90



ketegangan emosi remaja meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar yang merupakan satu-satu faktor yang menyebabkan emosi yang tidak stabil. Tidak semua remaja mengalami badai dan tekanan. Namun sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru. Usia remaja selalu identik dengan kecerobohan dalam pengambilan keputusan. Seseorang individu yang berada dalam masa remaja ini cenderung memiliki emosi yang belum stabil yang akhirnya mudah dipengaruhi oleh hal-hal internal dan eksternal dalam proses pengambilan keputusan.<sup>24</sup>

Pada masa remaja awal, individu mengalami proses peningkatan fluktuasi emosi yang ditandai dengan keadaan emosi yang tidak stabil, yaitu pada satu saat merasa gembira tetapi satu saat merasa sedih kemudian kelihatan murung. Pada umumnya usia remaja mengalami kejolak emosi yang menggebu-gebu sehingga diperlukannya perhatian secara khusus. Emosi diungkapkan dengan mengekspresikan kebahagiaan atau ketidakbahagiaan yang ditunjukkan dalam bentuk perilaku. Hal tersebut menunjukkan bahwa emosi individu dipengaruhi oleh interaksi atau keadaan disekitar pada waktu tertentu dan cepat berubah-ubah.

Kestabilan emosi merupakan satu tahapan agar individu mampu menghadapi permasalahan dengan tenang. Emosi yang tidak stabil merupakan perilaku lepas kendali, bertindak semaunya sendiri dan tidak memperlihatkan orang lain. Sikap seperti itu mengakibatkan individu menjadi apatis terhadap lingkungan

---

<sup>24</sup> Hetty Krisnani, Rachel Farakhiah, (2014), *Sosial Work Jurnal "Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Pada Remaja Akhir Dengan Menggunakan Metode Reality Therapy"*, Vol. 7 No. 2, 2014, Hal. 28

dan tidak peduli terhadap sesama. Individu yang tidak dapat menampilkan emosinya secara stabil cenderung menunjukkan perubahan emosi dalam waktu relatif cepat dan tidak menentu. Tingkat kematangan emosi peserta didik dapat ditunjukkan dengan reaksi dan kontrol emosi yang baik dan tepat.

Rendahnya kestabilan emosi mengakibatkan individu kurang konsentrasi dalam belajar, dikucilkan teman, mengarah perkelahian, membentuk grup-grup dengan teman. Berdasarkan kenyataan tersebut, ketidakstabilan emosi perlu dikendalikan dengan cara yang tepat maka emosi akan menjadi stabil. Kontrol emosi bukan berarti emosi ditekan atau tidak boleh diungkapkan melainkan melatih emosi dengan cara merubah emosi kearah positif.<sup>25</sup>

Dapat disimpulkan bahwa kestabilan emosi merupakan keadaan emosi seseorang yang diperlihatkan dengan sikap yang sesuai harapan sosial, tidak berlebih-lebihan dalam mengekspresikan emosi serta bisa menyeimbangkan antara kebutuhan fisik dan psikis. Orang yang stabil emosinya adalah orang yang bisa beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Ketika dihadapkan pada suatu permasalahan, tidak mengekspresikan emosinya dengan berlebih-lebihan. Orang yang stabil emosinya bisa menyeimbangkan antara kebutuhan fisik dan psikis.<sup>26</sup>

## **2. Kecerdasan Emosi**

---

<sup>25</sup> Linda Dwi Solikhah, (2014), *Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling “ Psikodrama Untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa ”*, Vol. 2 No. 1, 2014, Hal. 29

<sup>26</sup> Ibid, Hal. 30

Suatu terobosan teori tentang emosi dikemukakan oleh Daniel Goelman dalam bukunya *The Emotional Intelligence*. Goelman melanjutkan penelitian-penelitian sebelumnya yang sudah berlangsung sejak 1870-1980-an, termasuk yang dilakukan oleh Howard Gardner (tentang *multiple intelligence*), Peter Salovey dan John Mayer.

Dalam bukunya, Goelman menyatakan tiga hal yang sangat penting sehingga teorinya bisa dianggap sebagai terobosan. Yang pertama emosi itu bukan bakat, melainkan bisa dibuat, dilatih, dikembangkan, dipertahankan dan yang kurang baik dikurangi atau dibuang sama sekali.. kedua, emosi itu bisa diukur seperti Intelligensi. Hasil pengukurannya disebut EQ (*Emotional Quotient*, meminjam dari istilah IQ/Intelligence quotient). Dengan demikian, kita tetap dapat memonitor kondisi kecerdasan emosi kita. Ketiga, dan ini yang terpenting, EQ memegang peran lebih penting ketimbang IQ. Sudah terbukti bahwa banyak orang dengan IQ tinggi, yang di masa lalu oleh psikologi dianggap sebagai jaminan keberhasilan seseorang, justru mengalami kegagalan (dalam pendidikan maupun dalam kerja dan dalam rumah tangga). Mereka kalah dengan IQ rata-rata saja, tetapi memiliki IQ yang tinggi.<sup>27</sup>

### **3. Teori-teori tentang Proses Terjadinya Emosi**

#### ***a. Teori James-Lange Theory***

---

<sup>27</sup> Sarlito W. Sarwono, (2012), "*Psikologi Remaja*", Jakarta : Rajawali Pers, Hal. 123

Berpendapat bahwa sebuah peristiwa menyebabkan rangsangan fisiologis terlebih dahulu dan kemudian seseorang menafsirkan rangsangan ini. Setelah interpretasi dari rangsangan terjadi seseorang mengalami emosi. Jika seseorang tidak menyadari atau tidak memikirkan rangsangan, maka dia tidak mengalami emosi yang didasarkan pada rangsangan tersebut.

***b. Teori Meriam Bard***

Teori Meriam Bard berpendapat bahwa seseorang mengalami rangsangan fisiologis dan emosional pada saat yang sama, tetapi tidak melibatkan peran pikiran atau perilaku lahiriah.

***c. Teori Schachter-Singer***

Menurut teori ini, suatu peristiwa pertama menyebabkan rangsangan fisiologis, kemudian seseorang harus mengidentifikasi alasan untuk stimulus ini dan kemudian diamendapat pengalaman yang disebut emosi.

***d. Teori Lazarus***

Menyatakan bahwa pikiran harus datang sebelum emosi atau rangsangan fisiologis, dengan kata lain, seseorang harus terlebih dahulu berfikir tentang situasi, sebelum dia mengalami emosi.

***e. Teori Facial Feedback (Umpan Balik Wajah)***

Menurut teori umpan balik wajah, emosi adalah pengalaman perubahan pada otot wajah seseorang. ketika seseorang tersenyum, dia kemudian mengalami kesenangan, atau kebahagiaan.<sup>28</sup>

#### **4. Bentuk-Bentuk Emosi**

Daniel Goleman mengidentifikasi sejumlah kelompok emosi, yaitu sebagai berikut:

- a. Amarah, didalamnya meliputi brutal, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, tersinggung, tindak kekerasan, dan kebencian patologis.
- b. Kesedihan, didalamnya meliputi pedih, sedih, muram, mengasihani diri, kesepian, ditolak, putus asa, depresi.
- c. Rasa takut, didalamnya meliputi cemas, takut, gugup, khawatir, waswas, panic, dan pobia.
- d. Kenikmatan, didalamnya meliputi kebahagiaan, gembira, ringan, puas, takjub, terpesona, dan mania.
- e. Cinta, didalamnya meliputi penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, kasmaran, dan kasih sayang.
- f. Terkejut, didalamnya meliputi takjub, terpana.
- g. Jengkel, didalamnya meliputi hina, jijik, muak, benci, tidak suka, dan mau muntah.

---

<sup>28</sup> Marganti Sit, (2017), *“Perkembangan Peserta Didik”*, Depok : Prenadamedia Group, Hal. 131

- h. Malu, didalamnya meliputi rasa bersalah, kesal hati, menyesal, aib, dan hancur lebur.<sup>29</sup>

## 5. Jenis-Jenis Emosi

Emosi manusia dapat dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu emosi primer dan emosi skunder. Emosi primer adalah emosi utama yang dapat menimbulkan emosi skunder. Emosi primer muncul begitu manusia dilahirkan. Emosi primer antara lain gembira, sedih, marah, dan takut. Emosi skunder adalah emosi yang timbul sebagai gabungan dari emosi-emosi primer dan bersifat kompleks. Emosi skunder berasal dari kesadaran dan evaluasi diri. Emosi skunder antara lain malu, iri hati, dengki, ujub, kagum, takjub, dan cinta.

Gembira merupakan emosi yang muncul ketika seseorang merasakan suasana hati yang menyenangkan. Rasa gembira muncul setelah seseorang mendapatkan keberhasilan dari usaha yang dilakukannya.<sup>30</sup> Emosi juga dapat dikelompokkan ke dalam dua bagian, yaitu emosi sensoris dan emosi kejiwaan (psikis):

- a. *Emosi sensoris*, yaitu emosi yang ditimbulkan oleh rangsangan dari luar terhadap tubuh, seperti: rasa dingin, manis, sakit, lelah, kenyang, dan lapar.
- b. *Emosi psikis*, yaitu emosi yang mempunyai alasan-alasan kejiwaan. Yang termasuk emosi ini antara lain:

---

<sup>29</sup> Mohammad Ali, Mohammad Ashori, Op. Cit., 63

<sup>30</sup> Masganti Sit, Op. Cit., 134

1. *Perasaan intelektual*, yaitu yang mempunyai sangkut paut ruang lingkup kebenaran.
2. *Perasaan Sosial*, yaitu perasaan yang menyangkut hubungan dengan orang lain baik bersifat perorangan maupun kelompok.
3. *Perasaan Susila*, yaitu perasaan yang berhubungan dengan nilai-nilai yang baik dan buruk atau etika (moral).
4. *Perasaan Keindahan (estetis)*, yaitu perasaan yang berkaitan erat dengan keindahan dari sesuatu, baik bersifat keberadaan maupun kerohanian.
5. *Perasaan Ketuhanan*, salah satu kelebihan manusia sebagai makhluk Tuhan, dianugerahi fitrah (kemampuan atau perasaan) untuk mengenal Tuhannya.<sup>31</sup>

## **6. Karakteristik Emosi**

Menurut Syamsu ciri-ciri emosi adalah:<sup>32</sup>

- a. Lebih bersifat subjektif dari pada peristiwa psikologi lainnya seperti pengamatan dan berfikir.
- b. Bersifat fluktuatif (tidak tetap)
- c. Banyak bersangkut paut dengan peristiwa pengenalan panca indera.

Emosi dikatakan tidak stabil apabila memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

---

<sup>31</sup> M Djawad Dahlan, (2014), *Psikologi Perkembangan anak dan remaja*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, hal. 114

<sup>32</sup> Syamsu Yusuf, (2008), *Psikologi Perkembangan Anak dan remaja*, Jakarta: Rosda, hal. 166-177

1. Marah secara berlebihan, orang yang mengalami emosi yang tidak stabil maka akan mudah terbawa oleh suasana, misalnya ada seorang teman yang bersikap biasa saja namun baginya itu berlebihan.
2. Tidak di terima dalam lingkungan social, dalam hal ini individu lebih sering diasingkan oleh temen atau lingkungan sekitar karena dianggap berlebihan dalam berekspresi.
3. Selalu melebih-lebihkan perasaan, misalnya ketika sedang jatuh cinta dia tidak bisa mengendalikan perasaan dengan baik dan tidak dapat mengontrol emosi dalam hal apapun baik ketika benci, marah, malu, cinta, rasa takut dan sebagainya. Dalam hal ini individu memaksakan lingkungan sekitar harus imitasi atau mengikut apa yang individu inginkan.

Menurut Khalid (dalam Syamsu, 2008) emosi dikatakan stabil apabila ekspresi emosi ditampilkan dengan konstruktif dan tidak membahayakan, interpretasi yang objektif terhadap suatu peristiwa dan membiasakan diri menghadapi segala tantangan dan diciptakan jalan keluar. Hurlock (dalam Syamsu, 2008), berpendapat bahwa kestabilan emosi memiliki kriteria sebagai berikut:

1. Yaitu emosi yang secara social dapat diterima oleh lingkungan social. Individu yang emosinya stabil dapat mengontrol ekspresi emosi yang tidak sesuai dengan nilai-nilai social atau dapat melepaskan dirinya dari belenggu energy mental maupun fisik yang selama ini terpendam dengan cara yang dapat diterima oleh lingkungan sosialnya.



2. Pemahaman diri. Individu mampu belajar mengetahui besarnya control yang diperlukan untuk memuaskan kebutuhan-kebutuhannya, serta menyesuaikan diri dengan harapan-harapan social, bersikap empati yang tinggi terhadap orang lain.
3. Penggunaan kecermatan mental. Individu yang stabil emosinya mampu menilai situasi secara cermat sebelum memberikan responnya secara emosional. Kemudian individu tersebut mengetahui cara yang tepat untuk bereaksi terhadap situasi tersebut.

Sedangkan menurut Abbas (dalam Syamsu, 2008), berpendapat bahwa emosi dikatakan menuju ketinggian stabil ditandai dengan hal-hal berikut:

1. Adanya interaksi dan organisasi dan integrasi dari semua aspek emosi. Individu akan mampu secara penuh mengekspresikan segala bentuk emosi baik yang positif maupun negative.
2. Emosi menjadi bagian integral dari keseluruhan kepribadian. Individu memiliki system emosi yang profesional dalam keseluruhan struktur pribadinya.
3. Individu dapat menyatakan emosinya secara tepat dan wajar.

Al hasyim mengungkapkan bahwa orang yang stabil emosinya adalah orang yang bisa menstabilkan atau menyeimbangkan antara kebutuhan fisik dan psikis. Manusia tidak hanya terdiri dari tubuh dan pikiran saja tetapi juga memiliki jiwa yang bergairah, semangat yang mendorongnya untuk mengangkat dirinya

dengan mencurahkan diri untuk beribadah mencari ridho Allah dan takut akan azab.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kestabilan emosi adalah keadaan emosi seseorang yang diperlihatkan dengan sikap yang sesuai dengan harapan social, tidak berlebih-lebihan dalam mengekspresikan emosi serta bisa menyeimbangkan antara kebutuhan fisik dan psikis. Jadi jelas bahwa orang yang stabil emosinya adalah orang yang bisa beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Ketika dihadapkan pada suatu permasalahan, tidak mengekspresikan emosinya secara berlebih-lebihan seperti berteriak sekencangkencangnya, memukul, memusuhi dan marah-marah. Seperti yang dijelaskan ayat berikut:<sup>33</sup>



Artinya:

*“Dan bahwasanya Dialah yang menjadikan manusia tertawa dan menangis, dan bahwasanya Dialah yang mematikan dan menghidupkan.*

## **7. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kestabilan Emosi**

Menurut Marliany gejala psikis manusia normal atau stabil sepanjang hidupnya tergantung pada dukungan internal dalam dirinya dan juga dorongan

---

<sup>33</sup>Syamsu Yusuf, (2008), *Psikologi Perkembangan Anak dan remaja*, Jakarta: Rosda, hal. 166-177

atau dukungan eksternal dari lingkungannya. Perasaan-perasaan yang diharapkan diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Rasa aman (*safety*). Merupakan kebutuhan psikologis manusia. Jika manusia menikmati rasa aman, aktifitas jiwanya memberikan dampak positif bagi kehidupannya.
- b. Rasa percaya diri (*trust*). Merupakan gejala jiwa yang sangat berharga untuk menunjukkan penampilan diri secara visual. Percaya diri membangkitkan kecerdasan dan pergaulan yang luas.
- c. Kontrol (*control*). Sikap mawas diri merupakan gejala kepribadian yang tumbuh lebih kuat dalam upaya melindungi maupun menghindarkan diri dari segala sesuatu yang merugikan diri sendiri.
- d. Harga diri (*esteem*). Citra diri berkaitan dengan harga diri. Aktualitas kepribadian yang berhubungan dengan perasaan ingin diharga diri. Setiap manusia memiliki perasaan harga diri, namun batasan harga dirinya berbeda-beda. Hal ini akan berkaitan dengan status pribadi, keluarga, lingkungan, dan karakteristiknya.<sup>34</sup>

## **8. Pengertian Remaja**

Siapakah remaja itu? Seringkali dengan gampang orang mendefenisikan remaja sebagai priode transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, atau masa usia belasan tahun, atau jika seseorang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah diataur, mudah terangsang perasaannya dan sebagainya. Dalam ilmu

---

<sup>34</sup>Rosleny Marliany, (2010), *Psikologi Umum*, Bandung; Pustaka Setia, Hal. 226

kedokteran dan ilmu-ilmu lain yang terkait (seperti biologi dan ilmu faal) remaja dikenal sebagai suatu tahap perkembangan fisik, yaitu masa alat-alat kelamin manusia mencapai kematangannya.<sup>35</sup>

Masa remaja juga dikenal sebagai masa yang penuh kesukaran. Bukan saja kesukaran bagi individu yang bersangkutan, tetapi juga bagi orang tuanya, masyarakat, bahkan seringkali bagi polisi. Hal ini disebabkan masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Masa transisi ini sering kali menghadapkan individu yang bersangkutan kepada situasi yang membingungkan. Disatu pihak ia masih kakak-kanak, tetapi di lain pihak dia sudah harus bertingkah laku seperti orang dewasa. Situasi-situasi yang sering menimbulkan konflik seperti ini, sering menyebabkan prilaku-prilaku yang aneh, canggung, dan kalau tidak dikontrol bisa menjadi kenakalan.

Masa remaja berlangsung antara umur 12-21 tahun bagi wanita dan 13-22 tahun bagi pria. Rentan waktu usia remaja biasanya dibedakan atas tiga, yaitu 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan dan 18-22 tahun adalah masa remaja akhir. Perbedaan pendapat dan perbedaan nilai-nilai antara remaja dan orang tua menyebabkan remaja tidak selalu mau menurut pada orang tua. Oleh karena itu, masa remaja dikenal juga sebagai masa negativistik yang ketiga.<sup>36</sup>

## **9. Kecerdasan Emosi Remaja**

---

<sup>35</sup> Sarlito W. Sarwono, Op. Cit., 2

<sup>36</sup> Ibid. 72

Dalam menjalankan kehidupannya, setiap individu akan selalu merasakan terlibat dengan proses pengambilan keputusan, dimulai dari hal yang dianggap sepele sampai kepada sesuatu hal yang dianggap kompleks. Pengambilan keputusan merupakan bagian dari hidup manusia dalam menghadapi berbagai masalah untuk pemenuhan berbagai kebutuhan hidupnya, sehingga setiap individu membutuhkan pengambilan keputusan yang tepat. Pengambilan keputusan merupakan suatu proses dan berlangsung dalam suatu sistem, merupakan suatu pengambilan keputusan yang sifatnya paling pribadi sekalipun. Pengambilan keputusan menjadi suatu hal yang biasa diambil dan atau dilakukan karena individu menghadapi berbagai permasalahan untuk dapat mempertahankan hidupnya.

Masa remaja identik dengan masa emosi yang tidak stabil dan mudah terpengaruh oleh hal-hal yang ada di dalam dirinya dan hal-hal yang ada diluar dirinya. maka akan mempengaruhi pada kemampuan seorang remaja dalam pengambilan keputusan. Emosi sebagai unsur kepribadian perlu kita pelajari agar kita mengetahui hakikatnya, cara mengendalikannya dan cara mengarahkannya.

Menurut Goelman “individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi memiliki kemampuan dalam mengendalikan dirinya, memiliki semangat, mampu memotivasi dirinya dan mampu interaksi dengan orang lain dalam kehidupan sosialnya”. Mereka yang memiliki kecerdasan emosi mampu memahami dan mengelola emosi diri orang lain sehingga tidak menimbulkan perilaku negatif yang berlebihan.

## **10. Faktor- Faktor Yang mempengaruhi Perkembangan Emosi Remaja**

Perkembangan emosi seseorang pada umumnya tampak jelas pada perubahan tingkah lakunya. Perkembangan emosi remaja juga demikian halnya. Kualitas atau fluktuasi gejala yang tampak dalam tingkah laku itu sangat tergantung pada tingkat fluktuasi emosi yang ada pada individu tersebut. Dalam kehidupan sehari-hari sering kita lihat tingkah laku emosional, misalnya agresif, rasa takut yang berlebihan, sikap apatis, dan tingkah laku menyakiti diri, seperti melukai diri sendiri dan memukul-mukul kepala sendiri.

Sejumlah faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi remaja adalah sebagai berikut:

### **1. Perubahan Jasmani**

Perubahan jasmani yang ditunjukkan dengan adanya pertumbuhan yang sangat cepat dari anggota tubuh. Pada taraf permulaan pertumbuhan ini hanya terbatas pada bagian-bagian tertentu saja mengakibatkan postur tubuh menjadi tidak seimbang. Ketidakseimbangan tubuh ini sering mempunyai akibat yang tak terduga pada perkembangan emosi remaja. Tidak setiap remaja dapat menerima kondisi tubuh seperti itu, lebih-lebih jika perubahan tersebut menyangkut perubahan kulit yang menjadi kasar dan penuh jerawat. Hormon-hormon tertentu mulai berfungsi sejalan dengan perkembangan alat kelaminnya sehingga dapat menyebabkan rangsangan di dalam tubuh remaja dan seringkali menimbulkan masalah dalam perkembangan emosinya.

## 2. Perubahan Pola Interaksi dengan Orang Tua

Pola asuh orang tua terhadap anak, termasuk remaja, sangat bervariasi. Ada yang pola asuhnya menurut apa yang dianggap terbaik oleh dirinya sendiri saja sehingga ada yang bersifat otoriter, memanjakan anak, acuh tak acuh, tetapi ada juga yang dengan penuh cinta kasih. Perbedaan pola asuh orang tua seperti ini dapat berpengaruh terhadap perbedaan perkembangan emosi remaja.

Pemberontakan terhadap orang tua menunjukkan bahwa mereka berada dalam konflik dan ingin melepaskan diri dari pengawasan orang tua. Mereka tidak merasa puas kalau tidak pernah sama sekali menunjukkan perlawanan terhadap orang tua karena ingin menunjukkan seberapa jauh dirinya telah berhasil menjadi orang yang lebih dewasa. Jika mereka berhasil dalam perlawanan terhadap orang tua sehingga menjadi marah, mereka pun belum merasa puas karena orang tua tidak menunjukkan pengertian yang mereka inginkan. Keadaan semacam ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosi remaja.

## 3. Perubahan Interaksi dengan Teman Sebaya

Faktor yang sering menimbulkan emosi pada masa ini adalah hubungan cinta dengan teman lawan jenis. Pada masa remaja tengah, biasanya remaja benar-benar mulai jatuh cinta dengan teman lawan jenisnya. Gejala ini sebenarnya sehat bagi remaja, tetapi tidak jarang juga menimbulkan konflik atau gangguan emosi pada remaja jika tidak diikuti

dengan bimbingan dari orang tua atau orang yang lebih dewasa. Gangguan emosional yang mendalam dapat terjadi ketika cinta remaja tidak terjawab atau karena pemutusan hubungan cinta dari satu pihak sehingga dapat menimbulkan kecemasan bagi orang tua dan bagi remaja itu sendiri.

#### 4. Perubahan Pandangan Luar

Faktor penting yang dapat mempengaruhi perkembangan emosi remaja selain perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja itu sendiri adalah pandangan dunia luar dirinya.<sup>37</sup>

### **11. Upaya Mengembangkan Emosi Remaja dan Implikasinya Bagi Pendidikan**

Intervensi pendidikan untuk mengembangkan emosi remaja agar dapat mengembangkan kecerdasan emosional, salah satu di antaranya adalah dengan menggunakan intervensi yang dikemukakan oleh *W.T. Grant Consortium* tentang “Unsur-Unsur Aktif Program Pencegahan”, yaitu sebagai berikut.

#### 1. Pengembangan Keterampilan Emosional

---

<sup>37</sup> Mohammad Ali, Mohammad Ashori, Op. Cit., 69



Cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan keterampilan emosional individu adalah

- a. Mengidentifikasi dan memberi nama atau label perasaan,
  - b. Mengungkapkan perasaan,
  - c. Menilai intensitas perasaan,
  - d. Mengelola perasaan,
  - e. Menunda pemuasan,
  - f. Menegendalikan dorongan hati,
  - g. Mengurangi stres, dan
  - h. Memahami perbedaan antara perasaan dan tindakan.
2. Pengembangan Keterampilan Kognitif

Cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan keterampilan kognitif individu antara lain:

- a. Belajar melakukan dialog batin sebagai cara untuk menghadapi dan mengatasi masalah untuk memperkuat perilaku diri sendiri.
- b. Belajar membaca dan menafsirkan isyarat-isyarat sosial, misalnya mengenali pengaruh sosial terhadap perilaku dan melihat diri sendiri dalam perspektif masyarakat yang lebih luas.
- c. Belajar menggunakan langkah-langkah penyelesaian masalah dan pengambilan keputusan, misalnya mengendalikan dorongan hati, menentukan sasaran, mengidentifikasi tindakan-tindakan alternatif, dan memperhitungkan akibat-akibat yang mungkin timbul.

- d. Belajar memahami sudut pandang orang lain (empati)
- e. Belajar memahami sopan santun, yaitu perilaku mana yang dapat diterima dan mana yang tidak.
- f. Belajar bersikap positif terhadap kehidupan.
- g. Belajar mengembangkan kesadaran diri, misalnya mengembangkan harapan-harapan yang realistis tentang diri sendiri.<sup>38</sup>

### **C. Kerangka Berfikir**

Berdasarkan latar belakang masalah, rumusan masalah, serta teori yang mendukung penelitian yang berjudul “Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosi Kelas XII.IIK1MAN 3 Medan”, untuk itu siswa dapat diarahkan sebaik-baiknya kepada keberhasilan disekolah bukan hanya keberhasilan didalam pelajaran tapi mampu berinteraksi dengan baik dan mampu mengontrol emosinya.

Dengan dilaksanakannya layanan informasi diharapkan dapat memberikan pengaruh yang besar dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa kelas XII.IIK1MAN 3 Medan.Melalui layanan informasi siswa dilatih untuk mampu mengendalikan emosinya pada situasi dan kondisi apapun, menelaah dan menyimpulkan suatu permasalahan yang terjadi pada dirinya dari materi yang disajikan. Dengan demikian secara bertahap kestabilan emosi siswa

---

<sup>38</sup> Ibid, Hal. 73

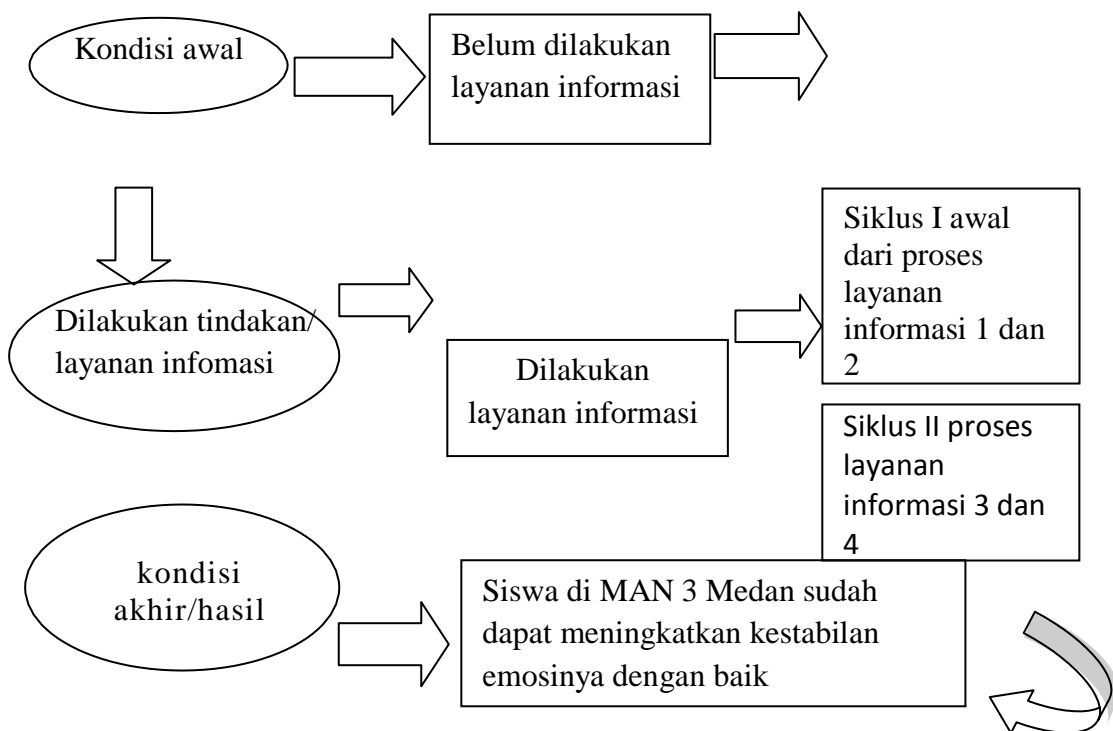
XII.IIK1MAN 3 Medan akan terbentuk melalui latihan dan proses yang terus menerus.

Skema berikut ini akan memberikan gambaran mengenai proses penelitian dengan judul “Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa kelas XII.IIK1MAN 3 Medan”.

Siswa kurang memiliki kestabilan emosi



**Gambar 2.1 Skema Kerangka Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa di MAN 3 Medan**



#### D. Penelitian yang Relevan

Berdasarkan yang telah dilakukan oleh peneliti, maka berikut ini dikemukakan yang menjadi relevansi dan berkaitan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Skripsi Maya Afriani (33143045) UIN Sumatera Utara yang berjudul “Pelaksanaan Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kematangan Emosional Siswa Kelas VIII-B Mts Alwasliyah 13 Desember Kota Tebing Tinggi Tahun Ajaran 2017/2018”. Dalam skripsi ini terbukti bahwa melalui layanan informasi dapat meningkatkan kematangan emosi siswa. Hal ini dibuktikan ketika penulis menanyakan bagaimana perasaan anda setelah mengikuti layanan informasi? Rata-rata siswa menjawab bahwa setelah mengikuti layanan informasi dan dilatih mengontrol emosinya sekarang siswa sudah mampu dalam beremosi yang baik. Dan ada perubahan positif yang dialami siswa ketika sedang berinteraksi dengan temannya. Salah satunya siswa sudah dapat diterima dalam lingkungan manapun disekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan informasi dapat meningkatkan Kematangan Emosional Siswa Kelas VIII-B Mts Alwasliyah 13 Desember Kota Tebing Tinggi Tahun Ajaran 2017/2018.
2. Skripsi Novia Sari dengan judul “ Peran Guru BK dalam Mengembangkan Kematangan Emosional Siswa Kelas VIII PAB 3 SAINTIS Kab. Deli Serdang Tahun Pembelajaran 2016/2017”. Penelitian yang relevan sesuai dengan judul ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Novia Sari. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Keguruan Universitas Muhamadiyah Sumatera Utara 2017. Keberhasilan yang

diperoleh siswa dalam kematangan emosional melalui obeservasi lapangan selama proses penelitian berlangsung dikatakan berhasil dengan dibuktikan adanya perubahan-perubahan yang diperoleh siswa dalam kematangan emosionalnya, yang sebelumnya siswa tersebut memiliki kematangan emosional yang rendah dan berubah secara perlahan ke arah yang positif.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan Penelitian**

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas. Adapun alasannya adalah karena penulis ingin menggali secara maksimal dan mendalam tentang kestabilan emosi siswa melalui layanan informasi. Penelitian tindakan kelas adalah penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas untuk mengetahui akibat tindakan berupa layanan yang diterapkan pada suatu subyek penelitian di kelas tersebut.<sup>39</sup> Penelitian tindakan merupakan salah satu strategi yang memanfaatkan tindakan nyata dan proses pengembangan kemampuan dalam mendeteksi dan memecahkan masalah mengenai kestabilan emosi siswa di sekolah MAN 3 Medan.<sup>40</sup>

#### **B. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Sekolah MAN 3 Medan yang terletak di Jl. Pertahanan No. 99, Sigara Gara, Patumbak, Kota Medan, Sumatera Utara 20149 .

#### **C. Prosedur Penelitian**

Sesuai dengan jenis penelitian ini yaitu penelitian tindakan BK. Penelitian Tindakan ini berupa layanan yang akan dilaksanakan dengan beberapa siklus di mana dalam satu siklus terdiri dari 4 tahapan yaitu: perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi.

---

<sup>39</sup>Arikunto, Suharsimi, (2011), *Penelitian Tindakan Kelas*, Jakarta: Bumi Aksarah, hal. 106

<sup>40</sup> Dede Rahmat Hidayat, Aip Badrujaman, (2012), *Penelitian Tindakan dalam Bimbingan Konseling*, Jakarta : PT Indeks, hal. 12

Tiap siklus dilaksanakan sesuai dengan perubahan yang akan dicapai. Sebelum dilaksanakan tindakan, terlebih dahulu diberikan tes awal dengan maksud untuk mengetahui kemampuan awal siswa. Pada penelitian ini jika siklus I tidak berhasil, yaitu pemberian layanan informasi dengan belum mencapai ketuntasan, maka dilaksanakan siklus II. Adapun prosedur tindakan yang dilakukan adalah:

## **Siklus I**

### **1. Permasalahan**

Untuk mengetahui permasalahan peneliti melakukan komunikasi dengan guru BK di MAN 3 Medan untuk mendapatkan siswa yang selama ini berdasarkan pengamatan dan penilaian guru BK mengalami hambatan dalam kestabilan emosi. Rekomendasi tentang peserta yang diberikan guru BK dijadikan sebagai rujukan untuk menentukan subjek penelitian sekaligus pertimbangan untuk menyusun rencana tindakan. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini yaitu:

- a. Mengumpulkan informasi tentang siswa sesuai masalah
- b. Menetapkan subjek penelitian
- c. Menyusun rancangan tindakan atau RPL untuk pelaksanaan layanan siklus I.

### **2. Tahap perencanaan tindakan I**

Tahap perencanaan tindakan dilakukan berdasarkan masalah yang telah dirumuskan di atas, yaitu:

- a. Menyusun rencana pelaksanaan layanan
- b. Membuat lembar pengamatan/observasi.

### **3. Tahap pelaksanaan tindakan I**

Setelah rencana tindakan I disusun, maka tahap selanjutnya adalah tahap pelaksanaan tindakan I, yaitu:

- a. Melakukan tindakan yaitu pemberian layanan informasi sesuai dengan RPL.
- b. Pada akhir atau setelah selesai melaksanakan layanan informasi sebagai tindakan I dilakukan penilaian untuk mengukur tingkat keberhasilan dalam hal kemampuan menstabilkan emosi.

#### **4. Tahap observasi I**

Melakukan observasi dengan mengisi lembar observasi untuk melihat apakah pelaksanaan layanan informasi sudah terlaksana sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL) yang telah disusun.

#### **5. Tahap refleksi I**

Tahap ini dilakukan untuk menganalisis data yang telah diperoleh dari observasi siklus I. Kesimpulan dari analisis data dijadikan refleksi untuk melihat peningkatan kestabilan emosi siswa ataupun untuk mengetahui siswa yang masih kurang atau belum mengalami peningkatan. Hasil refleksi ini kemudian digunakan sebagai dasar untuk tahap perencanaan pada siklus berikutnya.

### **Siklus II**

#### **1. Tahap perencanaan tindakan II**

Pada tahap ini, menyusun perbaikan rencana pelaksanaan layanan dengan melihat hasil refleksi pada siklus I, menyusun lembar observasi, dan lembar wawancara.

#### **2. Tahap pelaksanaan tindakan II**

Pada tahap ini melaksanakan kembali layanan informasi berdasarkan rencana pelaksanaan layanan yang telah disusun. Meningkatkan yang telah diperoleh melalui layanan pada siklus untuk mengetahui peningkatan yang diperoleh. Melakukan wawancara untuk



mengetahui kesulitan atau hambatan yang dialami ketika mengikuti layanan informasi pada siklus .

### 3. Tahap observasi II

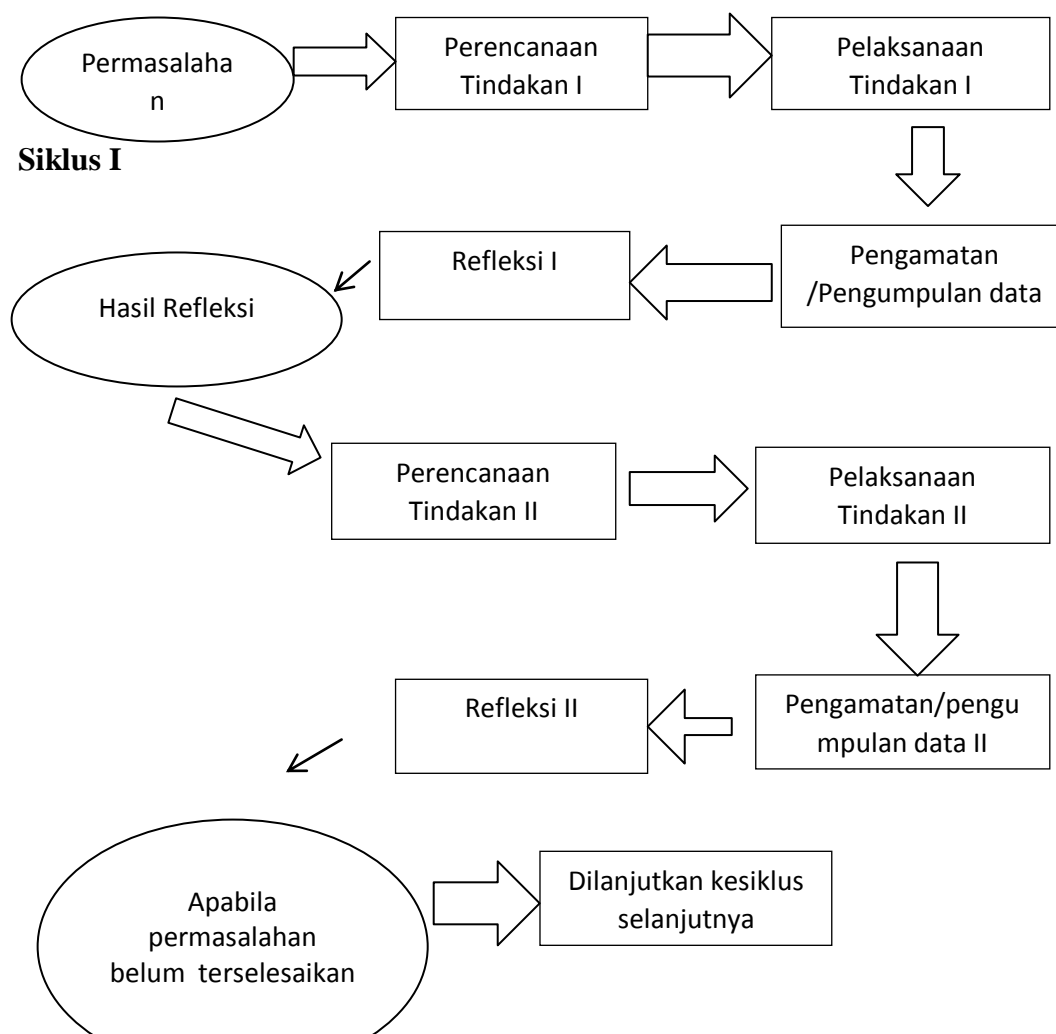
Melakukan observasi dengan mengisi lembar observasi untuk melihat suasana dan proses pelaksanaan layanan informasi bejalan dengan baik sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan yang telah disusun.

### 4. Tahap refleksi II

Melakukan evaluasi tindakan yang telah dilakukan dengan menganalisis data dan selanjutnya menarik kesimpulan dari langkah yang telah dilakukan.

Prosedur penelitian tindakan kelas berdasarkan alurnya dapat digambarkan menurut prosedur pelaksanaan Penelian Tindakan Kelas (PTK) Suharsimi Arikunto sebagai berikut:

**Gambar 2.2 Skema Siklus**



## **D. Instrumen Pengumpulan Data**

### **1. Dokumen Guru BK**

Untuk mengetahui siswa yang mengalami masalah dalam kestabilan emosinya dilakukan koordinasi dengan guru BK MAN 3 Medan.

### **2. Observasi**

Pengamatan atau observasi adalah suatu teknik yang dilakukan dengan cara mengadakan pengamatan secara teliti serta pencatatan secara sistematis. Observasi yang dilakukan merupakan pengamatan terhadap seluruh kegiatan dan perubahan yang terjadi pada saat dilakukan tindakan. Observasi dilakukan untuk mengetahui aktivitas siswa selama proses layanan berlangsung. Semua kegiatan dicatat dan apabila ada kekurangan maka dilakukan perbaikan pada tahap tindakan siklus berikutnya.

#### **Kisi-Kisi Lembar Observasi**

<b>NO</b>	<b>Ruang Lingkup</b>	<b>No.Soal</b>
1	arah secara berlebihan	1
2	lak di terima dalam lingkungan social	2
	alu lebih-lebihkan emosinya	3
	pat diterima dalam lingkungan sosial	4
	mahaman diri	5
	nggunaan kecermatan mental	6

### **3. Wawancara**

Pertanyaan-pertanyaan yang diberikan melalui wawancara, yang diarahkan untuk mengetahui kesulitan-kesulitan yang dialami selama proses pelaksanaan layanan berlangsung.

#### **Kisi-Kisi Lembar Wawancara**

<b>NO</b>	<b>Ruang Lingkup</b>	<b>No.Soa</b>
1	Marah secara berlebihan	2, 7, 15, 24
2	Tidak di terima dalam lingkungan social	6, 10, 13, 17
	Talu melebih-lebihkan emosinya	3, 5, 8, 14
	Tidak dapat diterima dalam lingkungan sosial	7, 11, 12, 16
	Tidak mahaman diri	1, 18, 22, 21
	Tidak menggunakan kecermatan mental	4, 9, 19, 20

#### 4. Angket

Angket adalah sekumpulan pertanyaan baik yang tertutup maupun tidak yang diberikan kepada responden untuk mengetahui persepsi responden terhadap suatu hal. Dalam penelitian ini angket diberikan kepada siswa kelas XIJK-1 MAN 3 Medan, angket yang diberikan mengenai bagaimana kestabilan emosi siswa.

### 3.1

**Tabel Kisi-Kisi Angket Kestabilan Emosi Sebelum Validitas**

No	Indikator	Deskriptor	No soal (+)	No soal (-)	Jumlah
1	Marah secara berlebihan	1. Meledak-ledak emosi tidak terkontrol 2. Berkata kasar 3. Memaksakan kehendaknya harus dituruti		1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	9
2	Tidak diterima dalam lingkungan sosial	1. Teman tidak mengharapkan kehadirannya 2. Dihindari teman atau dijauhi 3. Tidak diperdulikan apa yang dikatakan		10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	9

3	Selalu melebihi lebihkan perasaan	1. Sedih dan suka menangis sampai histeris 2. Marah mengamuk tidak jelas 3. Ketika sedang bahagia suka teriak-teriak secara berlebihan		19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27	9
4	Dapat diterima oleh lingkungan sosial	1. Teman mau dia ikut gabung dalam perkumpulan 2. Diharapkan kehadirannya 3. Didengarkan apa yang dia ucapkan	28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36		9
5	Pemahaman diri	1. Bisa mengerti perasaan teman 2. Mau menjadi pendengar bukan hanya didengar 3. Tidak mementingkan keinginan sendiri	37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45		9
6	Peenggunaan kecermatan mental	1. Ketika beremosi tahu harus bertindak apa dan dapat mengendalikannya 2. Selalu berfikir positif terhadap kondisi tertentu 3. Mampu menjadi penengah terhadap orang lain	46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55		9
Jumlah			28	27	55

### 3.2

**Tabel Kisi-Kisi Angket Kestabilan Emosi Setelah Validitas**

No	Indikator	Deskriptor	No soal (+)	No soal (-)	Jumlah
1	Marah secara	1. Meledak-ledak emosi tidak terkontrol		1, 2, 3, 4,	9

	berlebihan	2. Berkata kasar 3. Memaksakan kehendaknya harus dituruti		5, 6, 7, 8, 9	
2	Tidak diterima dalam lingkungan sosial	1. Teman tidak mengharapkan kehadirannya 2. Dihindari teman atau dijauhi 3. Tidak diperdulikan apa yang dikatakan		10,1 1,12, 13,1 415, 16	8
3	Selalu melebihi lebihkan perasaan	1. Sedih dan suka menangis sampai histeris 2. Marah mengamuk tidak jelas 3. Ketika sedang bahagia suka teriak-teriak secara berlebihan		17, 18	2
4	Dapat diterima oleh lingkungan sosial	1. Teman mau dia ikut gabung dalam perkumpulan 2. Diharapkan kehadirannya 3. Didengarkan apa yang dia ucapkan	19,2 0,21, 22,2 3		5
5	Pemahaman diri	1. Bisa mengerti perasaan teman 2. Mau menjadi pendengar bukan hanya didengar 3. Tidak mementingkan keinginan sendiri	24,2 5,26, 27,2 8,29, 30		7
6	Peenggunaan kecermatan mental	1. Ketika beremosi tahu harus bertindak apa dan dapat mengendalikannya 2. Selalu berfikir positif terhadap kondisi tertentu 3. Mampu menjadi penengah terhadap orang lain	31,3 2,33, 34		4
Jumlah			16	18	34

### 3.3

#### Pemberian Skor Angket Berdasarkan Skala Likert

NO	Pernyataan Positif		Pernyataan Negatif	
	Skor	Keterangan	Skor	Keterangan
1.	4	Sangat Setuju	1	Sangat Setuju
2.	3	Setuju	2	Setuju
3.	2	Tidak Setuju	3	Tidak Setuju

4.	1	Sangat Tidak Setuju	4	Sangat Tidak Setuju <sup>41</sup>
----	---	---------------------	---	-----------------------------------

### E. Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui keefektifan suatu metode dalam kegiatan layanan bimbingan konseling, perlu dilakukan analisis data. Pada penelitian tindakan bimbingan konseling ini analisis yang digunakan adalah deskripsi kualitatif yakni suatu metode penelitian yang bersifat menggambarkan kenyataan atau fakta yang sesuai dengan data yang diperoleh dengan tujuan untuk mengetahui respons siswa terhadap kegiatan layanan serta aktivitasnya selama layanan berlangsung untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada siswa, dapat digunakan rumus<sup>42</sup>

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Dimana P = jumlah perubahan peningkatan siswa

$f$  = jumlah siswa yang mengalami perubahan

$n$  = jumlah siswa

Adapun kategori penilaian dari setiap siklus dalam pelaksanaan layanan informasi adalah:

54-71 = Sangat Rendah  
(Berhasil)

90 – 107 = Sedang (Kurang  
(Kurang Berhasil)

72 – 89 = Rendah  
(Cukup Berhasil)

108 – 125 = Tinggi  
(Berhasil)

---

<sup>41</sup> Karlina Aprilla, Imam Ghozali, (2012), *Teknik Penyusunan Skala Likert*, Bandung: Fatawa Pubhlising, hal. 89

<sup>42</sup> Sugiyono, (2006), *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta, hal. 337

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Paparan Data**

##### ***1. Keadaan Fisik Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan***

Penelitian ini dilaksanakan di Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan jalan Pertahanan Medan Patumbak Kecamatan Medan Amplas Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan ini di pimpin oleh ibu NURKHOLIDAH, S.Pd.I., M.Pd. sebagai kepala Madrasah. Jumlah personil tahun 2018/2019 secara keseluruhan sebanyak 64 orang, terdiri dari 52 Guru, dan 6 anggota staf tata usaha, 2 guru BK, 2 Penjaga madrasah. sedangkan jumlah siswa tahun 2018/2019 secara keseluruhan sebanyak 910 siswa. adapun data guru dan siswa Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan Tahun Ajaran 2018/2019 sebagai berikut:

##### ***a. Profil Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan***

- |              |                                 |
|--------------|---------------------------------|
| 1. Nama      | : Madrasah Aliyah Negeri 3Medan |
| 2. NSM       | : 3111 2750 3312                |
| 3. NPSN      | : 60725195                      |
| 4. NPWP      | : 00.198.175.2.122.000          |
| 5. Alamat    | : Jl. Pertahanan No.99          |
| 6. Kelurahan | : TimbangDeli                   |
| 7. Kecamatan | : MedanAmplas                   |

8. Kota : Medan -20361
9. Propinsi : SumateraUtara
10. Telepon : 061-7879581
11. Website :Man3medan.Sch.Id
12. E-Mail :Man3medan@Yahoo.Com
13. IzinPenegrian : Nomor : 5 Tahun 1997
14. Tanggal : 1 Maret 1997 15.
15. Akreditasi : “A”,2013-2018.

***b. Keadaan TenagaKerja***

Guru adalah pelaksana langsung dalam proses belajar mengajar di sekolah, Guru memiliki peran penting dalam menyelenggarakan pendidikan sekolah. Keberadaan guru menjadi faktor penting kelancaran penyelenggaraan pendidikan, bahkan membantu terhadap keberhasilan dan peningkatan kualitas pendidikan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari kantor tata usaha MAN 3 Medan, dapat diketahui bahwa jumlah tenaga kerja secara keseluruhan ada 64. Untuk mengetahui keadaan tenaga kerja di MAN 3 Medan dapat dikemukakan melalui tabel berikut :

**Tabel 4.1**

**DATA TENAGA PENDIDIK DAN KEPENDIDIKAN**

**MAN 3 MEDAN**

<b>No</b>	<b>NAMA GURU</b>	<b>JABATAN</b>	<b>MATA PELAJARAN</b>
1	NURKHOLIDAH, S.Pd.I., M.Pd	Kepala Sekolah	Bahasa Inggris
2	Sufrizal, S. Sos	Kepala TU	-
3	Drs. H. Anas, M. Ag	WKM Kurikulum	Fiqh



4	Muhammad Rasyid Ridho, S. Ag, MA	WKM Kesiswaan	Bahasa Inggris
5	Abdillah S. Ag, M. Si	WKM Sarana Prasarana	Matematika
6	Dra. Hamidah Siregar	HUMAS	Ekonomi
7	Jauhara Cut Ali, S. Pdi, M. Si	Guru BP/ BK	Fisika
8	Widya Astuti S.pd	Guru BP/BK	BP/BK
9	Rizky Amelia, S. Pd	Guru BP/ BK	BP/BK
10	Nurrohma S. Pd, M. Hum	Guru	Bahasa Inggris
11	Satriawati S. Ag,	Guru	Biologi
12	Ani Sunarti S. Ag	Guru	Bahasa Inggris
13	Dra. Siti Fatmawati	Guru	Bahasa Arab
14	Drs. Zul Azhari	Guru	Fisika
15	Dra. Riana Napitu, M. Si	Guru	Biologi
16	Drs. Permohonan Sitompul	Guru	Kimia
17	Dra. Hj. Diana Aziza	Guru BP/BK	Bahasa Indones ia
18	Dra. Hj. Nina. Y. Nst	Guru	Fiqh
19	Masdiana, S. Pd	Guru	Biologi
20	Dra. Ratnawati	Guru	Akidah Akhlak
21	Abdul Latif, S. Pd, M. Si	Guru	Matematika
22	Rahmah Daulay, S. Pd	Guru	Kimia
23	Henni Sitompul, S. Pd	Guru	Bahasa Indones ia
24	Rosyani Nasution, S. Ag	Guru	Kimia
25	Athfayah. H, S. Pd	Guru	Matematika

26	Rahmmad Jamil, S. Ag	Guru	Fiqh
27	Imaniah Manik S. Pd	Guru	Fisika
28	Khairida S. Ag	Guru	Qur" an hadist
29	Nur Asiah S. Pd	Guru	Bahasa Inggris
30	Fithriani Khalila, S. Pd	Guru	Matematika
31	Drs. Hj. Asmara Efendi	Guru	PKN
32	Nurbadriah S. Ag	Guru	Sosiologi
33	Sri Devi. M. P, S. Pd	Guru	Matematika
34	Sugiyem, S. Pd	Guru	Geografi
35	Mayassir, S. Pd	Guru	Penjaskes
36	Gundari Priharti, S. Pd	Guru	Sosiologi
37	Dra. Hj. Ramliah	Guru	Bahasa Indonesia
38	Lenie Indra Oktavia, S. Pd	Guru	Bahasa Indonesia
39	Hj. Razali, S. Pd	Guru	Qur" an Hadis
40	Yulinda Neysa. L, SE	Guru	Kewarganegara a n
41	Yudha Dibarata, S. Pd	Guru	Penjaskes
42	Elvida Handayani, S. Pd	Guru	Ekonomi
43	Wan Syarifah Aini, M. Pd	Guru	Sejarah
44	Zaidani Pdi	Guru	Bahasa Arab
45	Misnayanti S. Pd	Guru	Matematika
46	Muhammad Alfi Syahri	Guru	SKI
47	Rudi Tua Siregar	Guru	TIK
48	Rahmad Hardian, S. Pd	Guru	Geografi
49	Dwi Prasetyo, S.Pd	Guru	Penjaskes
50	Hayati S. Pd	Guru	Bahasa Indonesia
51	Agus Salim, S. Pd	BP/BK	BP/BK

52	Muhammad Jamil, S. Pd, MA	Guru	SKI
53	Muhammad Iqbal. H. S. Ag	Guru	Qur" an Hadis
54	Dakwan Khairun Syah	Guru	SKI

No	NAMA GURU	JABATAN	MATA PELAJARAN
55	Neneng Chairunnisa S. Pd	Guru	BP/BK
56	Fatma Harahap, S. Pdi	Bendahara	-
57	Harauli Purba, SE	Ka. Pustaka	-
58	Alfin Munika, S. Kom	Pustakawan	-
59	Farida Hanum. H	Staf Tata Usaha	-
60	Assuyutissuhti Siregar	Staf Tata Usaha	-
61	Mardiana	Staf Tata Usaha	-
62	Ginda harahap	Staf Tata Usaha	-
63	Fahmi harahap	SATPAM	-
64	Erwin Defrian Lubis	SATPAM	-

Sumber : Data Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 3 Medan T.A 2018/2019

**c. Keadaan Siswa**

Keadaan siswa yang ada di MAN 3 Medan ajaran 2018/2019 berjumlah keseluruhan sebanyak 910 siswa, dan diantaranya kelas X yang berjumlah 332 siswa sedangkan kelas XI berjumlah 281 dan kelas XII berjumlah 297 siswa. Untuk mengetahui keadaan jumlah siswa di MAN 3 Medan berdasarkan masing- masing kelas dapat dikemukakan melalui tabel berikut :

**Tabel 4.2**

**REKAPITULASI SISWA MAN 3 MEDAN**

**TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

No	Tingkat Kelas	Siswa		
		Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
1.	X MIA 1	12	30	42
2.	X MIA 2	13	30	43
3.	X MIA 3	16	28	44
4.	X MIA 4	12	32	40
5.	X MIA 5	12	28	40
6.	X IIS 1	18	22	40
7.	X IIS 2	18	17	35
8.	X IA	21	23	44
	JUMLAH	122	210	332
9.	XI MIA 1	14	24	38
10.	XI MIA 2	16	24	40
11	XI MIA 3	12	28	40
12	XI MIA 4	14	28	42
13	XI MIA 5	16	24	40
14	XI IIS	14	25	39
15	XI IA	11	31	42
	JUMLAH	97	184	281
16	XII IPA 1	16	24	40
17	XII IPA 2	18	22	40
18	XII IPA 3	14	24	38

<b>NO</b>		<b>Siswa</b>
		<b>a</b>

	Tingkat Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
19	XII IPA 4	16	24	40
20	XII IPA 5	13	26	39
21	XII IPS 1	12	21	33
22	XII IPS 2	15	17	32
23	XII IA	10	25	35
	JUMLAH	114	183	297
	<b>Jumlah</b>	<b>333</b>	<b>577</b>	<b>910</b>

Sumber : Data Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 3 Medan T.A 2018/2019

#### *d. RuangBK*

Ruang BK di MAN 3 Medan Memiliki ukuran luas 4 x 5 meter. Letak sekolah ini di pedesaan jadi jauh dari kebisingan lalu lintas. Di sekitar lingkungan sekolah adalah perumahan penduduk setempat sekolah namun ada juga yang jauh rumahnya dari sekolah. sekolah ini tergolong memiliki lingkungan yang kondusif, baik di dalam maupun luar lingkungan sekolah. kemudian letak ruang BK jauh dari kantor TU dan ruang guru namun dekat dengan Mushollah dan kelas-kelas.

**Tabel 4.3 Kondisi Ruangan BK**

Peralatan	Jumlah	Kondisi	
		Kurang Baik	Rusak
Kursi Plastik	3	Baik	-
Sofa	1 Set	Sangat Baik	-
Meja	4	Baik	-
Lemari	1	Baik	-
Papn Tulis	1	Baik	-
Ruangan	1	Baik	-

Sumber : Data Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 3 Medan T.A 2018/2019

## **2. Visi, Misi dan Motto Madrasah Aliyah Negeri 3Medan**

### **a. Visi**

“Membentuk insan yang beriman, berakhlakulkarimah, berilmu, kreatif, serta peduli dengan lingkungan dan masyarakat”.

### **b. Misi**

1. Menumbuhkan penghayatan dan pengamalanagama.
2. Menumbuhkan sikap sopan santun dan berbudi pekertiluhur.
3. Membiasakan budaya rapi dan disiplin.
4. Membangkitkan rasa kebersamaan danmusyawarah.
5. Memotivasi belajar dikalangansiswa.
6. Melaksanakan pbm / bimbingan secaraintensif.
7. Melaksanakan kegiatan pengembangan diri yang berkaitan dengan minat dan bakatsiswa.
8. Meningkatkan semangat musabaqoh(kompetisi).
9. Mencintai lingkungan hidup yang bersih dansehat.
10. Menumbuhkan semangat berinfaq danbersodaqoh
11. Menjalin kerja sama dengan orang tua siswa danmasyarakat.

### **c. Motto**

“Gali Potensi, Kembangkan Kreasi, Raih Prestasi” Man 3 bisa : Bijaksana Intelektual SantunAmanah.

## **3. Latar Belakang Pendidikan GuruBK**

Ibu Rezeky Amalia adalah guru BK MAN 3 Medan yang telah bernaung di MAN 3 Medan semenjak 2014, beliau adalah alumni dari USU jurusan Psikologi stambuk 2006.Widya Astuti adalah guru BK MAN 3 Medan yang telah bernaung di MAN 3 Medan

semenjak 2015, beliau adalah alumni dari UIN jurusan Bimbingan dan Konseling Islam stambuk 2014.

## **B. Uji Hipotesis**

### **1. Hasil penelitian sebelum tindakan**

Langkah awal yang peneliti lakukan sebelum melaksanakan penelitian adalah mewawancarai guru BK mengenai kestabilan emosi siswa, dan bagaimana cara dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa.

**Tabel 4.4**

**Waktu Kegiatan Wawancara Kestabilan Emosi**

NO	Hari, Tanggal	Kegiatan
1	Senin, 15 Juli 2019	wawancara Kepala Sekolah
2	Selasa, 16 Juli 2019	wawancara Kordinator Bk
3	Selasa, 16 Juli 2019	nyebaran Uji Validitas Angket

Setelah melakukan wawancara, peneliti melakukan pengamatan pada kelas XII-IIK1 yang direkomendasikan oleh guru BK sendiri. Dari hasil pengamatan peneliti pada kelas XII-IIK1 yang direkomendasikan oleh guru BK sendiri. Dari hasil pengamatan peneliti pada kelas XII-IIK1 bahwasannya ketika jam pelajaran berlangsung terdapat beberapa siswa yang

melawan gurunya ketika dinasehati, adanya siswa yang melampiaskan amarahnya ketika bermain bola disaat mata pelajaran olahraga, adanya siswa yang marahnya tidak dapat terkontrol saat tidak menyukai temannya, mau menang sendiri dan adanya perlakuan siswa yang kasar terhadap temannya saat sedang emosi. Kemudian peneliti mengidentifikasi terhadap masalah yang akan diteliti dengan melakukan penilaian dari hasil instrumen angket yang telah diberikan kepada siswa kelas XII-IK1 yang berjumlah 43 siswa. Setelah angket dikumpul dan dianalisis, ditemukan 12 orang siswa yang berinisial AQ dengan skor 65, ALB dengan skor 69, DF dengan skor 64, MAD dengan skor 55, MDS dengan skor 57, MF dengan skor 57, MRA dengan skor 57, NJ dengan skor 65, NF dengan skor 63, SH dengan skor 62, SK dengan skor 58, dan VW dengan skor 55 dengan kategori sangat rendah (kestabilan emosi sangat rendah), dan 4 orang siswa berinisial LR dengan skor 83, HM dengan skor 78, NAP dengan skor 85, dan RA dengan skor 84 dengan kategori rendah (Kestabilan emosi rendah), maka dari beberapa poin angket yang berhubungan dengan kestabilan emosi ditarik kesimpulan bahwa mereka adalah siswa yang memiliki kestabilan emosi rendah. Hasil analisis angket dari prasiklus adalah sebagai berikut.

**Tabel 4.5**

**Hasil Analisis Angket Seluruh Siswa Kelas XII-IK1**

<b>NO</b>	<b>Inisial</b>	<b>Skor Angket</b>	<b>Kategori</b>
1	AAR	95	SEDANG
2	AF	112	TINGGI
3	AM	111	TINGGI
4	AQ	65	SANGAT RENDAH
5	AL	113	TINGGI
6	AK	118	TINGGI
7	ALB	69	SANGAT RENDAH
8	BTW	113	TINGGI
9	BA	108	TINGGI
10	DRA	107	SEDANG
11	DV	64	SANGAT RENDAH
12	FK	124	TINGGI
13	IH	107	SEDANG
14	LN	103	SEDANG



15	LR	83	RENDAH
16	MKR	122	TINGGI
17	MFH	114	TINGGI
18	MA	55	SANGAT RENDAH
19	MDS	57	SANGAT RENDAH
20	HM	78	RENDAH
21	MIR	107	SEDANG
22	MK	116	TINGGI
23	MF	57	SANGAT RENDAH
24	MRA	57	SANGAT RENDAH
25	MFL	113	TINGGI
26	MR	109	TINGGI
27	NS	115	TINGGI
28	NJ	65	SANGAT RENDAH
29	NF	63	SANGAT RENDAH
30	NAP	85	RENDAH
31	PM	109	TINGGI
32	RA	98	SEDANG
33	RF	96	SEDANG
34	RP	110	TINGGI
35	RPG	99	SEDANG
36	RAR	98	SEDANG
37	RA	84	RENDAH
38	SA	107	SEDANG
39	SH	62	SANGAT RENDAH
40	SK	58	SANGAT RENDAH
41	SA	118	TINGGI
42	TA	106	SEDANG
43	VW	55	SANGAT RENDAH

54-71 = Sangat Rendah

72 – 89 = Rendah

90 – 107 = Sedang

108 – 125 = Tinggi

Data tersebut diambil sebelum melakukan tindakan, maka analisis datanya adalah sebagai berikut.

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

$$JP = \frac{16}{43} \times 100\%$$

= 37, 21%

Berdasarkan data diatas peneliti mengambil siswa menurut skor yang sangat rendah, rendah, sedang dan tinggi untuk dijadikan subjek penelitian pada pelaksanaan layanan informasi. Agar saat melakukan layanan informasi terjadinya dinamika yang saling mempengaruhi satu dengan yang lainnya demi tercapainya tujuan layanan

Sebelum dilaksanakannya kegiatan layanan informasi pada siswa kelas XII-IK1 MAN 3 Medan, kestabilan emosi siswa sangat rendah, dimana persentase hanya sekitar 37.21%.

**TABEL 4.6**

**Hasil Angket Sebelum Dilakukan Layanan Informasi Siswa Kelas XII-IK1**

<b>NO</b>	<b>Inisial</b>	<b>Skor Angket</b>	<b>Kategori</b>
1	AAR	95	SEDANG
2	AQ	65	SANGAT RENDAH
3	ALB	69	SANGAT RENDAH
4	DRA	107	SEDANG
5	DV	64	SANGAT RENDAH
6	IH	107	SEDANG
7	LN	103	SEDANG
8	LR	83	RENDAH
9	MA	55	SANGAT RENDAH
10	MDS	57	SANGAT RENDAH
11	HM	78	RENDAH
12	MIR	107	SEDANG
13	MF	57	SANGAT RENDAH
14	MRA	57	SANGAT RENDAH
15	NJ	65	SANGAT RENDAH
16	NF	63	SANGAT RENDAH
17	NAP	85	RENDAH
18	RA	98	SEDANG
19	RF	96	SEDANG
20	RPG	99	SEDANG
21	RAR	98	SEDANG
22	RA	84	RENDAH
23	SA	107	SEDANG
24	SH	62	SANGAT RENDAH
25	SK	58	SANGAT RENDAH
26	SA	118	TINGGI
27	TA	106	SEDANG
28	VW	55	SANGAT RENDAH
<b>NO</b>	<b>NAMA SISWA</b>	<b>SKOR</b>	<b>KATEGORI</b>
<b>1</b>	<b>AF</b>	<b>112</b>	<b>TINGGI</b>

2	AM	111	TINGGI
3	AL	113	TINGGI
4	AK	118	TINGGI
5	BTW	113	TINGGI
6	BA	108	TINGGI
7	FK	124	TINGGI
8	MKR	122	TINGGI
9	MFH	114	TINGGI
10	MK	116	TINGGI
11	MFL	113	TINGGI
12	MR	109	TINGGI
13	NS	115	TINGGI
14	NAP	109	TINGGI
15	RP	110	TINGGI

## 2. Hasil Penelitian Setelah Tindakan Siklus 1

### a. Perencanaan

Setelah menemukan subjek penelitian berdasarkan hasil angket diatas, peneliti mengadakan kesepakatan awal dengan siswa dari kelas XII-IK1, siswa yang menjadi peserta layanan ini adalah siswa yang memiliki skor sangat rendah, rendah, sedang dan tinggi. Tempat untuk melakukan layanan yaitu didalam ruangan kelas XII-IK1 pada pukul 07.30 wib sampai selesai. Materi yang diberikan peneliti pada saat pertemuan pertama adalah peran “Apa itu kestabilan emosi” dan pada pertemuan kedua membahas tentang “Dampak dari emosi yang tidak stabil”. Pada tahap perencanaan, peneliti menyiapkan rencana pelaksanaan layanan (RPL) dua kali pertemuan dan daftar hadir siswa. Berikut adalah jadwal Pertemuannya :

**Tabel 4.7**

**Jadwal Pelaksanaan Siklus 1**

No	Tanggal	Kegiatan siklus I	
		Pertemuan I	Pertemuan II
1	22 Juli 2019	√	

2	26 Juli 2019		√
---	--------------	--	---

### ***b. Tindakan***

Pada tahap ini, peneliti melakukan tindakan layanan informasi kepada 28 siswa yang memiliki kategori sangat rendah dan sedang, dalam meningkatkan kestabilan emosi di MAN 3 Medan. Pada siklus I dilakukan 2 kali pertemuan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

#### ***Pertemuan I***

Pada pertemuan pertama peneliti melakukan layanan informasi dengan rencana yang dirancang. pelaksanaan layanan informasi dilakukan pada tanggal 22 Juli 2019 di ruangan kelas XII-1K1 selama lebih kurang 45 menit. Adapun tahapan layanan informasi yang dilaksanakan adalah sebagai berikut:

##### ***a) Kegiatan Pembukaan***

Pada kegiatan pembukaan ini guru pembimbing membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan mengajak siswa untuk berdoa terlebih dahulu sebelum kegiatan layanan informasi dimulai. Selanjutnya guru pembimbing mengecek daftar kehadiran siswa apabila ada siswa yang tidak hadir guru pembimbing mengajak siswa untuk berempati. Selanjutnya menjelaskan tentang tujuan dari kegiatan, dari kegiatan dilaksanakan dan menjelaskan tentang materi yang akan disampaikan, menanyakan kesiapan siswa mengikuti kegiatan, serta menanyakan kesiapan siswa untuk memasuki kegiatan inti. Apabila siswa sudah siap untuk mengikuti kegiatan maka dilanjutkan ke kegiatan inti.

##### ***b) Kegiatan Inti***

Pada tahap ini guru pembimbing terlebih dahulu menanyakan pendapat siswa tentang fungsi guru BK di sekolah. Selanjutnya guru pembimbing menjelaskan kembali mengenai materi dampak dari emosi yang tidak stabil.

### *c) Kegiatan Penutup*

Pada tahap ini guru pembimbing menanyakan kembali mengenai materi yang belum dipahami oleh siswa dari yang dijelaskan. Guru menjelaskan kembali materi yang belum dipahami oleh siswa. Selanjutnya guru meminta *follow up* dengan cara menyuruh siswa menyampaikan pemahamannya mengenai apa itu yang dikatakan emosi yang tidak stabil dan apa saja dampak negatif dari emosi yang tidak stabil. Guru pembimbing menyimpulkan materi pada hari ini. Sebelum menutup kegiatan guru pembimbing mengajak siswa untuk bermain game. Dilanjutkan dengan doa penutup dan kegiatan ditutup oleh guru pembimbing dengan mengucapkan salam.

### *Kesimpulan :*

Pada pertemuan pertama siswa masih bingung dan malu-malu dalam menyampaikan pendapat, dan masih banyak siswa yang kurang memperhatikan kegiatan yang berlangsung, ada siswa yang lebih banyak diam dan ada juga siswa yang buat keadaan menjadi ribut. Sedangkan beberapa siswa lain yang kestabilan emosinya tinggi akan lebih berani dan lebih antusias dalam mengikuti kegiatan. Peneliti menganalisis hasil dari penilaian segera (*laissez*) yang telah diisi oleh siswa, terlihat bahwasanya siswa sudah mulai memahami materi dengan baik.

## ***Pertemuan II***

Pada pertemuan kedua ini peneliti melaksanakan kegiatan layanan informasi sesuai dengan rencana yang dirancang. kegiatan pelaksanaan layanan informasi dilaksanakan pada tanggal 26 Juli di ruangan kelas XII-1K1 selama kurang lebih 45 menit. Berikut dijelaskan tahap-tahap pelaksanaan layanan:

### *a) Kegiatan Pembukaan*

Pada kegiatan pembukaan ini guru pembimbing membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan mengajak siswa untuk berdoa terlebih dahulu sebelum kegiatan layanan informasi dimulai. Selanjutnya guru pembimbing mengecek daftar kehadiran siswa apabila ada siswa yang tidak hadir guru pembimbing mengajak siswa untuk berempati. Selanjutnya menjelaskan tentang tujuan dari kegiatan dilaksanakan dan menjelaskan tentang materi yang akan disampaikan. Menanyakan kesiapan siswa mengikuti kegiatan, serta menanyakan kesiapan siswa untuk memasuki kegiatan inti. Apabila siswa sudah siap untuk mengikuti kegiatan maka dilanjutkan kegiatan inti.

*b) Kegiatan Inti*

Pada tahap kegiatan ini guru pembimbing terlebih dahulu menanyakan pendapat siswa tentang pemahaman diri. Selanjutnya guru pembimbing menjelaskan kembali mengenai materi emosi yang stabil.

*c) Kegiatan Penutup*

Pada tahap ini guru pembimbing menanyakan kembali mengenai materi yang belum dipahami oleh siswa dari yang dijelaskan guru menjelaskan kembali materi yang belum dipahami oleh siswa. Selanjutnya guru meminta follow up dengan cara menyuruh siswa menyampaikan pemahamannya mengenai tujuan dari meningkatkan kestabilan emosi. Guru pembimbing menyimpulkan materi pada hari ini. Sebelum menutup kegiatan guru pembimbing mengajak siswa untuk bermain *game*, dilanjutkan dengan do'a penutup dan kegiatan ditutup oleh guru pembimbing dengan mengucapkan salam.

*Kesimpulan :*

Pada pertemuan kedua siswa mulai bersemangat dalam mengikuti kegiatan layanan

informasi. Siswa yang memiliki kestabilan emosi rendah mulai berani dalam menyampaikan pendapat. Siswa yang suka mengganggu temannya mulai aktif mengikuti kegiatan. Peneliti menganalisis hasil dari penilaian segera (laiseg) yang telah diisi oleh siswa, terlihat bahwasanya siswa sudah mulai memahami materi dengan baik.

### *c. Observasi*

Observasi dilakukan selama proses kegiatan layanan berlangsung. Peneliti dibantu guru pembimbing melakukan observasi melalui pengamatan selama proses kegiatan berlangsung dengan alat penilaian/ observasi untuk melihat kesesuaian pelaksanaan tindakan. Peneliti mengamati kegiatan pada siklus I yaitu:

1. Pada pertemuan pertama siswa masih bingung dan malu-malu dalam menyampaikan pendapat, dan masih banyak siswa yang kurang memperlihatkan kegiatan yang berlangsung. Ada siswa yang lebih banyak diam dan ada juga siswa yang buat keadaan jadi ribut. Sedangkan beberapa siswa lain yang kestabilan emosinya lebih tinggi lebih bangun dan lebih antusias dalam mengikuti kegiatan. Peneliti menganalisis hasil dari penilaian segera (laiseg) yang telah diisi oleh siswa terlihat bahwasanya siswa sudah mulai memahami dengan baik.
2. Pada pertemuan kedua siswa mulai bersemangat dalam mengikuti kegiatan layanan informasi. Siswa yang memiliki kestabilan emosi rendah sudah mulai berani menyampaikan pendapat. Siswa yang suka mengganggu temannya mulai aktif mengikuti kegiatan. Peneliti menganalisis hasil dari penilaian segera (laiseg) yang telah diisi oleh siswa, terlihat bahwasanya siswa sudah mulai memahami materi dengan baik.

Kemudian peneliti menganalisis persentase keberhasilan penelitian berdasarkan perolehan skor angket siswa yang mengikuti layanan informasi untuk melihat perubahan yang terjadi setelah melakukan kegiatan pada siklus I.

**Tabel 4.8****Hasil Skor Angket Siklus I**

<b>NO</b>	<b>Inisial</b>	<b>Skor Angket</b>	<b>Kategori</b>
1	AAR	80	RENDAH
2	AQ	85	RENDAH
3	ALB	90	SEDANG
4	DRA	107	SEDANG
5	DV	90	SEDANG
6	IH	110	TINGGI
7	LN	107	SEDANG
8	LR	95	SEDANG
9	MA	95	SEDANG
10	MDS	78	RENDAH
11	HM	80	RENDAH
12	MIR	120	TINGGI
13	MF	90	SEDANG
14	MRA	92	SEDANG
15	NJ	85	RENDAH
16	NF	90	SEDANG
17	NAP	88	RENDAH
18	RA	108	TINGGI
19	RF	110	TINGGI
20	RPG	112	TINGGI
21	RAR	109	TINGGI
22	RA	115	TINGGI
23	SA	109	TINGGI
24	SH	120	TINGGI
25	SK	91	SEDANG
26	SA	122	TINGGI
27	TA	112	TINGGI
28	VW	80	RENDAH
<b>NO</b>	<b>NAMA SISWA</b>	<b>SKOR</b>	<b>KATEGORI</b>
1	AF	112	TINGGI
2	AM	111	TINGGI
3	AL	113	TINGGI
4	AK	118	TINGGI
5	BTW	113	TINGGI
6	BA	108	TINGGI
7	FK	124	TINGGI
8	MKR	122	TINGGI
9	MFH	114	TINGGI
10	MK	116	TINGGI
11	MFL	113	TINGGI
12	MR	109	TINGGI
13	NS	115	TINGGI



<b>14</b>	<b>NAP</b>	<b>109</b>	<b>TINGGI</b>
<b>15</b>	<b>RP</b>	<b>110</b>	<b>TINGGI</b>

54-71 = Sangat Rendah

72 – 89 = Rendah

90 – 107 = Sedang

108 – 125 = Tinggi

Data tersebut diambil setelah melakukan tindakan pada siklus 1, maka analisis datanya adalah sebagai berikut.

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

$$JP = \frac{26}{43} \times 100\%$$

$$= 60\%$$

Dalam pelaksanaan tindakan siklus I, skor tiap siswa yang kelas XII-IK1 mulai meningkat dan menunjukkan perubahan sekitar 60%

Berdasarkan hasil pengamatan pada siklus I dengan 2 kali pertemuan, tindakan yang dilakukan belum optimal. Dimana hasil persentase hanya mencapai 60% Namun dibandingkan dengan persentase sebelum dilaksanakan tindakan kepada 43 siswa kelas XII-IK1 mulai ada peningkatan pada proses kegiatan berlangsung.

#### ***d. Refleksi***

Peneliti merefleksi sebelum kegiatan yang dilakukan pada siklus I, yaitu hasilnya adalah:

1. Pada awal kegiatan siswa memiliki respon yang baik namun masih kelihatan bingung terhadap kehadiran peneliti ke sekolah ini.
2. Pertemuan pertama siswa masih belum berani mengemukakan pendapat tetapi setelah

peneliti memberikan motivasi kepada mereka akhirnya pada pertemuan kedua mereka mulai aktif dan berani mengemukakan pendapat.

3. Peneliti sebagai penyelenggara layanan informasi masih terlihat kaku dalam kegiatan layanan informasi.
4. Walaupun kegiatan berjalan lancar dan baik, tetapi ada sebagian siswa yang suka usil dalam kegiatan.
5. Pada pertemuan pertama dan kedua siswa sudah mulai memahami dan menyadari apa dampak negatif jika tidak bisa mengontrol emosinya.
6. Pada siklus I ini siswa sudah mulai meningkatkan kestabilan emosinya tapi masih 60%

Berdasarkan hasil observasi dan analisis angket pada siklus I yang dilakukan peneliti belum optimal. Dimana hasil persentase hanya mencapai 60%. Selain itu masih ada siswa yang memiliki skor rendah. Oleh karena itu, peneliti masih harus melanjutkan kegiatan ke siklus II.

#### *e. Evaluasi*

Berdasarkan ukuran keberhasilan pelaksanaan layanan informasi dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan yaitu jika (0%-25%) dikatakan kurang berhasil dengan nilai sangat rendah yaitu 54-71%, (26%-50%) dikatakan kurang berhasil dengan nilai rendah yaitu 72-89, (51%-75%) dikatakan cukup berhasil dengan nilai sedang yaitu 90-107, (76%-100%) dikatakan berhasil dengan nilai tinggi yaitu 108-125.

Dari hasil analisis angket sesudah dilakukan layanan informasi pada siklus I di dapat hasil 60% dengan kriteria cukup berhasil dan kondisi ini belum mencapai target yang ditetapkan yaitu kisaran 76%-100% (berhasil). selain itu, hasil observasi yang dilakukan peneliti menunjukkan beberapa dari 7 siswa masih pada kategori rendah. Dengan ini dapat

dikatakan bahwa meningkatkan kestabilan emosi siswa belum berhasil. Oleh karena itu, peneliti masih harus melanjutkan kegiatan kesiklusII.

### **3. Hasil Penelitian Sesudah Tindakan Siklus II**

#### **a. Perencanaan**

Pada tahap perencanaan pada siklus II peneliti membuat rancangan jadwal pelaksanaan kegiatan.

**Tabel 4.10**

**Jadwal Pelaksanaan Siklus II**

No	Tanggal	Kegiatan Siklus II	
		Pertemuan I	Pertemuan II
1	29 Juli	√	
2	5 Agustus 2019		√

Kemudian peneliti menyiapkan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) dua kali pertemuan, penilaian segera (Laiseg), dan daftar hadir siswa. Materi yang diberikan peneliti pada saat pertemuan pertama adalah “cara mengendalikan emosi yang benar”. Dan pada pertemuan kedua materi yang diberikan yaitu “manfaat memiliki emosi yang stabil”.

#### **b. Tindakan**

Pada tahap ini peneliti melakukan layanan informasi kepada siswa yang menjadi sasaran layanan pada siklus I. Untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan pada siklus II dilakukan dua kali pertemuan dengan langkah- langkah sebagai berikut :

##### **Pertemuan I**

Pada pertemuan pertama peneliti melakukan layanan informasi dengan rencana yang

telah dirancang. pelaksanaan layanan informasi dilakukan pada tanggal 29 Juli 2019 di ruangan kelas XII-IK1 selama lebih kurang 45 menit. Adapun tahapan layanan informasi yang dilaksanakan adalah sebagai berikut:

*a) Kegiatan Pembukaan*

Pada kegiatan pembukaan ini guru pembimbing membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan mengajak siswa untuk berdoa terlebih dahulu sebelum kegiatan layanan informasi dimulai. Selanjutnya guru pembimbing mengecek daftar kehadiran siswa apabila ada siswa yang tidak hadir guru pembimbing mengajak siswa untuk berempati. Selanjutnya menjelaskan tentang tujuan dari kegiatan, dari kegiatan dilaksanakan dan menjelaskan tentang materi yang akan disampaikan, menanyakan kesiapan siswa mengikuti kegiatan, serta menanyakan kesiapan siswa untuk memasuki kegiatan inti. Apabila siswa sudah siap untuk mengikuti kegiatan maka dilanjutkan ke kegiatan inti.

*b) Kegiatan Inti*

Pada tahap ini guru pembimbing terlebih dahulu menanyakan pendapat siswa tentang fungsi guru BK di sekolah. Selanjutnya guru pembimbing menjelaskan kembali mengenai cara mengendalikan emosi yang benar.

*c) Kegiatan Penutup*

Pada tahap ini guru pembimbing menanyakan kembali mengenai materi yang belum dipahami oleh siswa dari yang dijelaskan. Guru menjelaskan kembali materi yang belum dipahami oleh siswa. Selanjutnya guru meminta *follow up* dengan cara menyuruh siswa menyampaikan pemahamannya mengenai apa tujuannya mengetahui latar belakang bk dan fungsinya di sekolah. Guru pembimbing menyimpulkan materi pada hari ini. Sebelum

menutup kegiatan guru pembimbing mengajak siswa untuk bermain game. Dilanjutkan dengan doa penutup dan kegiatan ditutup oleh guru pembimbing dengan mengucapkan salam.

#### *Kesimpulan :*

Pada pertemuan pertama siswa masih bingung dan malu-malu dalam menyampaikan pendapat, dan masih banyak siswa yang kurang memperhatikan kegiatan yang berlangsung, ada siswa yang lebih banyak diam dan ada juga siswa yang buat keadaan ribut. Sedangkan beberapa siswa lain yang kestabilan emosinya tinggi lebih berani dan lebih antusias dalam mengikuti kegiatan. Peneliti menganalisis hasil dari penilaian segera (laissez) yang telah diisi oleh siswa, terlihat bahwasanya siswa sudah mulai memahami materi dengan baik.

#### **Pertemuan II**

Pada pertemuan kedua ini peneliti melaksanakan kegiatan layanan informasi sesuai dengan rencana yang dirancang. kegiatan pelaksanaan layanan informasi dilaksanakan pada tanggal 5 Agustus di ruangan kelas XII-1K1 selama kurang lebih 45 menit. Berikut dijelaskan tahap-tahap pelaksanaan layanan:

##### *a) Kegiatan Pembukaan*

Pada kegiatan pembukaan ini guru pembimbing membuka kegiatan dengan mengucapkan salam dan mengajak siswa untuk berdoa terlebih dahulu sebelum kegiatan layanan informasi dimulai. Selanjutnya guru pembimbing mengecek daftar kehadiran siswa apabila ada siswa yang tidak hadir guru pembimbing mengajak siswa untuk berempati. Selanjutnya menjelaskan tentang tujuan dari kegiatan dilaksanakan dan menjelaskan tentang materi yang akan disampaikan. Menanyakan kesiapan siswa mengikuti kegiatan, serta menanyakan kesiapan siswa untuk memasuki kegiatan inti. Apabila siswa sudah siap untuk mengikuti kegiatan maka dilanjutkan kegiatan inti.

*b) KegiatanInti*

Pada tahap kegiatan ini guru pembimbing terlebih dahulu menanyakan pendapat siswa tentang pemahaman diri. Selanjutnya guru pembimbing menjelaskan kembali mengenai materi meningkatkan pemahaman diri dengan tujuan dapat mengendalikan emosi dengan benar.

*c) KegiatanPenutup*

Pada tahap ini guru pembimbing menanyakan kembali mengenai materi yang belum dipahami oleh siswa dari yang dijelaskan guru menjelaskan kembali materi yang belum dipahami oleh siswa. Selanjutnya guru meminta follow up dengan cara menyuruh siswa menyampaikan pemahamannya mengenai tujuan dari meningkatkan pemahaman diri. Guru pembimbing menyimpulkan materi pada hari ini. Sebelum menutup kegiatan guru pembimbing mengajak siswa untuk bermain *game*, dilanjutkan dengan do" a penutup dan kegiatan ditutup oleh guru pembimbing dengan megucapkansalam.

*Kesimpulan :*

Pada pertemuan kedua siswa mulai bersemangat dalam mengikuti kegiatan layanan informasi. Siswa yang awalnya memiliki kestabilan emosi yang rendah kini sudah berani dalam menyampaikan pendapat. Siswa yang suka mengganggu temannya mulai aktif mengikuti kegiatan. Peneliti menganalisis hasil dari penilaian segera (*laisseg*) yang telah di isi oleh siswa, terlihat bahwasanya siswa sudah mulai memahami materi dengan baik.

**c. Observasi**

Observasi dilakukan selama proses kegiatan layanan berlangsung. Peneliti dibantu guru pembimbing melakukan observasi melalui pengamatan selama proses kegiatan berlangsung dengan alat penilaian/ observasi untuk melihat kesesuaian pelaksanaan tindakan. Peneliti mengamati kegiatan pada siklus I yaitu:

1. Pada pertemuan pertama siswa masih bingung dan malu-malu dalam menyampaikan pendapat, dan masih banyak siswa yang kurang memperlihatkan kegiatan yang berlangsung. Ada siswa yang lebih diam dan ada juga siswa yang buat keadaan jadi ribut. Sedangkan beberapa siswa lain yang kestabilan emosinya lebih tinggi lebih bangun dan lebih antusias dalam mengikuti kegiatan. Peneliti menganalisis hasil dari penilaian segera (laiseg) yang telah diisi oleh siswa terlihat bahwasanya siswa sudah mulai memahami dengan baik.
2. Pada pertemuan kedua siswa mulai bersemangat dalam mengikuti kegiatan layanan informasi. Siswa yang memiliki kestabilan emosi rendah di awal, kini mulai berani menyampaikan pendapat. Siswa yang suka mengganggu temannya mulai aktif mengikuti kegiatan. Peneliti menganalisis hasil dari penilaian segera (laiseg) yang telah diisi oleh siswa, terlihat bahwasanya siswa sudah mulai memahami materi dengan baik.

Kemudian peneliti menganalisis persentase keberhasilan penelitian berdasarkan perolehan skor angket siswa yang mengikuti layanan informasi untuk melihat perubahan yang terjadi setelah melakukan kegiatan pada siklus I.

**Tabel 4.8**

**Hasil Skor Angket Siklus II**

<b>NO</b>	<b>Inisial</b>	<b>Skor Angket</b>	<b>Kategori</b>
1	AAR	105	SEDANG
2	AQ	89	SEDANG
3	ALB	99	SEDANG
4	DRA	112	TINGGI
5	DV	109	TINGGI
6	IH	110	TINGGI
7	LN	109	TINGGI
8	LR	99	SEDANG
9	MA	100	SEDANG
10	MDS	109	TINGGI
11	HM	80	RENDAH
12	MIR	120	TINGGI
13	MF	120	TINGGI

14	MRA	113	TINGGI
15	NJ	120	TINGGI
16	NF	95	SEDANG
17	NAP	95	SEDANG
18	RA	110	TINGGI
19	RF	115	TINGGI
20	RPG	120	TINGGI
21	RAR	110	TINGGI
22	RA	120	TINGGI
23	SA	115	TINGGI
24	SH	125	TINGGI
25	SK	110	TINGGI
26	SA	128	TINGGI
27	TA	126	TINGGI
28	VW	108	TINGGI
<b>NO</b>	<b>NAMA SISWA</b>	<b>SKOR</b>	<b>KATEGORI</b>
<b>1</b>	<b>AF</b>	<b>112</b>	<b>TINGGI</b>
<b>2</b>	<b>AM</b>	<b>111</b>	<b>TINGGI</b>
<b>3</b>	<b>AL</b>	<b>113</b>	<b>TINGGI</b>
<b>4</b>	<b>AK</b>	<b>118</b>	<b>TINGGI</b>
<b>5</b>	<b>BTW</b>	<b>113</b>	<b>TINGGI</b>
<b>6</b>	<b>BA</b>	<b>108</b>	<b>TINGGI</b>
<b>7</b>	<b>FK</b>	<b>124</b>	<b>TINGGI</b>
<b>8</b>	<b>MKR</b>	<b>122</b>	<b>TINGGI</b>
<b>9</b>	<b>MFH</b>	<b>114</b>	<b>TINGGI</b>
<b>10</b>	<b>MK</b>	<b>116</b>	<b>TINGGI</b>
<b>11</b>	<b>MFL</b>	<b>113</b>	<b>TINGGI</b>
<b>12</b>	<b>MR</b>	<b>109</b>	<b>TINGGI</b>
<b>13</b>	<b>NS</b>	<b>115</b>	<b>TINGGI</b>
<b>14</b>	<b>NAP</b>	<b>109</b>	<b>TINGGI</b>
<b>15</b>	<b>RP</b>	<b>110</b>	<b>TINGGI</b>

54-71 = Sangat Rendah

72 – 89 = Rendah

90 – 107 = Sedang

108 – 125 = Tinggi

Data tersebut diambil setelah melakukan tindakan pada silus pertama dan untuk siklus ke II, maka analisis datanya adalah sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$



$$JP = \frac{35}{43} \times 100\%$$

$$= 81\%$$

Dalam pelaksanaan tindakan siklus II, skor tiap siswa yang kelas XII-1K1 yang mengikuti kegiatan layanan informasi semakin meningkat lagi dan menunjukkan perubahan persentase skor sekitar 81%

Data tersebut diambil setelah melakukan tindakan pada siklus kedua. Dari data di atas, terdapat sebagian besar yang menunjukkan perubahan, hal ini dapat kita bandingkan dengan hasil angket pada siklus I. Dimana pada siklus I 26 orang dalam kategori tinggi, 10 orang dalam kategori sedang dan 7 orang dalam kategori rendah. Sedangkan pada angket di siklus II terdapat 35 siswa dalam kategori tinggi, 7 siswa dalam kategori sedang dan 1 siswa dalam kategori masih rendah. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa 32 orang siswa tersebut mulai ada peningkatan terkait layanan informasi dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan. Maka analisis datanya adalah sebagai berikut:

#### d. Refleksi

Peneliti merefleksikan seluruh kegiatan yang dilakukan pada siklus II.

1. Siswa memberikan respon yang baik sehubungan dengan kegiatan yang dilakukan, siswa juga antusias dalam mengikuti kegiatan dan aktif dalam menjalankan kegiatan.
2. Siswa memahami akan pentingnya BK di sekolah siswa, memahami fungsi serta peran guru BK di sekolah.
3. Dari 43 orang siswa yang mengikuti kegiatan layanan informasi 35 orang siswa mencapai kategori tinggi namun dengan skor yang bervariasi 76% - 100 % berhasil. Berdasarkan target yang telah ditetapkan hasil persentase pada siklus II mencapai 81 % yang artinya penelitian yang dilakukan berhasil.

#### *e. Evaluasi*

Berdasarkan ukuran keberhasilan pelaksanaan layanan informasi dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan yaitu jika (0%-25%) dikatakan kurang berhasil dengan nilai sangat rendah yaitu 54-71%, (26%-50%) dikatakan kurang berhasil dengan nilai rendah yaitu 72-89, (51%-75%) dikatakan cukup berhasil dengan nilai sedang yaitu 90-107, (76%-100%) dikatakan berhasil dengan nilai tinggi yaitu 108-125.

Selain itu observasi yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa 35 Siswa mencapai kategori tinggi dengan ini dapat dikatakan bahwa dengan dilakukannya Layanan informasi bisa meningkatkan emosi individu/siswa pada siklus II.

### **C. Pembahasan Penelitian**

Sebelum peneliti melakukan layanan informasi. Kestabilan emosi siswa bervariasi. Karena ada beberapa siswa yang memiliki kestabilan emosi yang tinggi, sedang dan rendah bahkan sangat rendah. Hal ini terbukti dari skor rata-rata yang mereka peroleh dalam hal ini peneliti menggunakan layanan informasi untuk mengatasi hal tersebut.

Layanan informasi adalah proses pemberian bantuan dengan memberikan berbagai informasi kepada sekelompok orang. Layanan ini bertujuan agar individu (siswa) mengetahui dan menguasai informasi yang bermanfaat untuk keperluan hidupnya sehari-hari dan perkembangan dirinya. Kegiatan layanan informasi berupa penyampaian informasi yang tepat mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, pemahaman diri, dan penyesuaian diri.

Kegiatan layanan informasi dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan. Apapun tindakan yang dilakukan melalui layanan informasi yang dimulai dari kegiatan pembukaan hingga kegiatan penutup dari siklus I sampai siklus II berjalan lancar sesuai dengan rancangan pelaksanaan layanan informasi. Sehingga dapat dikatakan bahwa tindakan yang dilakukan pada siklus I dan siklus II dapat meningkatkan kestabilan emosi

siswa di MAN 3 Medan dengan menunjukkan peningkatan sikap dan cara berperilaku terutama dapat diterima dalam lingkungan sosial.

Hipotesis dari penelitian ini adalah dengan melaksanakan layanan informasi dapat meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan di kelas XII-IK1. T.P 2018/2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan informasi dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan yang artinya mulanya siswa emosinya tidak stabil sekarang berubah menjadi stabil dan lebih positif dalam menilai sesuatu hal. Dalam hal ini dapat dibuktikan dari analisis angket, observasi dan penilaian segera (laissez). Maka dapat dinyatakan hipotesis peneliti “layanan informasi dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan kelas XII-IK1 T.P 2019/2020, dapat diterima, artinya layanan ini dapat digunakan untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan.

1. Sebelum dilaksanakannya kegiatan layanan informasi pada siswa kelas XII-IK1 MAN 3 Medan, kestabilan emosi siswa dikatakan rendah karena hanya mencapai persentase sekitar 37.21% dari hasil analisis angket, dimana (0%-25%) termasuk dalam kategori sangat rendah dan (26-50%) termasuk dalam kategori rendah.

Dengan rumus  $P = \frac{F}{N} \times 100\%$

P= Jumlah perubahan peningkatan siswa

F= Jumlah siswa yang mengalami perubahan

N= Jumlah siswa

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

$$JP = \frac{16}{43} \times 100\%$$

$$= 37, 21\%$$

2. Dalam pelaksanaan tindakan siklus I, skor tiap siswa kelas XII-IK1 dikatakan cukup berhasil dan mulai meningkat karena menunjukkan perubahan hingga mencapai persentase sekitar 60% dari hasil analisis angket dimana (51-75%) termasuk dalam

kategori cukup berhasil

Dengan rumus  $P = \frac{F}{N} \times 100\%$

P= Jumlah perubahan peningkatan siswa

F= Jumlah siswa yang mengalami perubahan

N= Jumlah siswa

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

$$JP = \frac{26}{43} \times 100\%$$

$$= 60\%$$

3. Dalam pelaksanaan tindakan siklus II, skor tiap siswa kelas XII-IK1 yang mengikuti kegiatan layanan informai semakin meningkat lagi dan menunjukkan perubahan persentase skor sekitar 81% dari hasil analisis angket dimana (76-100%) dikategorikan sudah berhasil.

Dengan rumus  $P = \frac{F}{N} \times 100\%$

P= Jumlah perubahan peningkatan siswa

F= Jumlah siswa yang mengalami perubahan

N= Jumlah siswa

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

$$JP = \frac{35}{43} \times 100\%$$

$$= 81\%$$

Penelitian yang relevan,

1. Skripsi Maya Afriani (33143045) UIN Sumatera Utara yang berjudul “Pelaksanaan Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Kematangan Emosional Siswa Kelas VIII-B Mts Alwasliyah 13 Desember Kota Tebing Tinggi Tahun Ajaran 2017/2018”. Dalam skripsi ini terbukti bahwa melalui layanan informasi dapat meningkatkan kematangan

emosi siswa. Hal ini dibuktikan ketika penulis menanyakan bagaimana perasaan anda setelah mengikuti layanan informasi? Rata-rata siswa menjawab bahwa setelah mengikuti layanan informasi dan dilatih mengontrol emosinya sekarang siswa sudah mampu dalam beremosi yang baik. Dan ada perubahan positif yang dialami siswa ketika sedang berinteraksi dengan temannya. Salah satunya siswa sudah dapat diterima dalam lingkungan manapun disekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan informasi dapat meningkatkan Kematangan Emosional Siswa Kelas VIII-B Mts Alwasliyah 13 Desember Kota Tebing Tinggi Tahun Ajaran 2017/2018.

2. Skripsi Novia Sari dengan judul “ Peran Guru BK dalam Mengembangkan Kematangan Emosional Siswa Kelas VIII PAB 3 SAINTIS Kab. Deli Serdang Tahun Pembelajaran 2016/2017”. Penelitian yang relevan sesuai dengan judul ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Novia Sari. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Keguruan Universitas Muhamadiyah Sumatera Utara 2017. Keberhasilan yang diperoleh siswa dalam kematangan emosional melalui observasi lapangan selama proses penelitian berlangsung dikatakan berhasil dengan dibuktikan adanya perubahan-perubahan yang diperoleh siswa dalam kematangan emosionalnya, yang sebelumnya siswa tersebut memiliki kematangan emosional yang rendah dan berubah secara perlahan ke arah yang positif.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan pada hasil penelitian tentang Layanan informasi dalam meningkatkan kestabilan emosi siswa di MAN 3 Medan kelas XII-IK1 Medan T.P 2018/2019. Secara umum

dapat disimpulkan bahwa layanan informasi dapat dijadikan sebagai media yang tepat digunakan untuk meningkatkan kestabilan emosi siswa. Sebelum melaksanakan tindakan, peneliti terlebih dahulu membagikan instrument angket kepada siswa kelas XII-IK1 yang berjumlah 43 orang siswa. Setelah angket terkumpul dan dianalisis ditemukan sebagian besar siswa kelas XII-IK1 memiliki kestabilan emosi yang masih rendah, dan dilakukanlah pembagian angket siklus I dan II hingga memperoleh kategori nilai berhasil dan dapat dilihat dibawah ini:

1. Sebelum dilaksanakannya kegiatan layanan informasi pada siswa kelas XII-IK1 MAN 3 Medan, kestabilan emosi siswa dikatakan rendah karena hanya mencapai persentase sekitar 37.21% dari hasil analisis angket , dimana (0%-25%) termasuk dalam kategori sangat rendah dan (26-50%) termasuk dalam kategori rendah.

Dengan rumus  $P = \frac{F}{N} \times 100\%$

P= Jumlah perubahan peningkatan siswa

F= Jumlah siswa yang mengalami perubahan

N= Jumlah siswa

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

$$JP = \frac{16}{43} \times 100\%$$

$$= 37, 21\%$$

2. Dalam pelaksanaan tindakan siklus I, skor tiap siswa kelas XII-IK1 dikatakan cukup berhasil dan mulai meningkat karena menunjukkan perubahan hingga mencapai persentase sekitar 60% dari hasil analisis angket dimana (51-75%) termasuk dalam kategori cukup berhasil

Dengan rumus  $P = \frac{F}{N} \times 100\%$

P= Jumlah perubahan peningkatan siswa

$F$  = Jumlah siswa yang mengalami perubahan

$N$  = Jumlah siswa

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

$$JP = \frac{26}{43} \times 100\%$$

$$= 60\%$$

3. Dalam pelaksanaan tindakan siklus II, skor tiap siswa kelas XII-IK1 yang mengikuti kegiatan layanan informai semakin meningkat lagi dan menunjukkan perubahan persentase skor sekitar 81% dari hasil analisis angket dimana (76-100%) dikategorikan sudah berhasil.

Dengan rumus  $P = \frac{F}{N} \times 100\%$

$P$  = Jumlah perubahan peningkatan siswa

$F$  = Jumlah siswa yang mengalami perubahan

$N$  = Jumlah siswa

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

$$JP = \frac{35}{43} \times 100\%$$

$$= 81\%$$

Maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan informasi dapat meningkatkan kestabilan emosi siswa kelas XII-IK1 Di MAN 3 Medan.

## **B. SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya dari kesimpulan di atas, maka saran dari penelitian adalah:

1. Kepada peneliti sendiri semoga mampu menerapkan layanan informasi maupun layanan-layanan lainnya dalam memberikan bimbingan kepada peserta didik.

2. Kepada guru BK disarankan untuk melakukan layanan yang ada pada bimbingan dan konseling secara terprogram supaya dapat mengembangkan layanan informasi yang tepat sesuai dengan kaidah yang berlaku untuk menguasai masalah siswa agar perkembangan tidak terhambat.
3. Kepada kepala sekolah disarankan dapat mendukung kinerja guru BK dengan menyediakan fasilitas yang diperlukan, guna melancarkan pemberian layanan dan seluruh kegiatan yang terdapat di dalam bimbingan dan konseling.
4. Kepada siswa/i disarankan dalam setiap proses pemberian layanan yang diberikan guru BK harus diikuti dengan sebaik-baiknya untuk mendukung tercapainya layanan dan kegiatan pendukung sekolah.



## DAFTAR PUSTAKA

- Akhyar Lubis Saiful. 2015. *Konseling Islami Dalam Komunitas Pesantren*. Bandung : Cita Pustaka Media.
- Aip Badrujaman, Dede Rahmat Hidayat. 2012. *Penelitian Tindakan dalam Bimbingan Konseling*. Jakarta : PT Indeks.
- Corey Gerald. 2003. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Dahlan Djawad. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung : PT Remaja Rodaskarya.
- Daulay.Nurussakinah. 2014. *Pengantar Psikologi*. Jakarta : Prenamedia Group.
- Dwi Solikhah Linda. 2014. *Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling Psikodrama Untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa*.
- E. B, Hurlock. 1999. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Helmi Ghoftar, Purbatua Manurung, Tumiyem. 2016. *Media Pembelajaran dan Pelayanan BK* Medan Perdana Publishing.
- Juntika Nurihsan, Ahmad .2014. *Bimbingan & Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan* Bandung: PT Refika Aditama.
- Lahmuddin. 2000. *Konsep-Konsep Dasar Bimbingan Konseling*. Medan: IAIN PRESS. *Tinjauan Teori dan Praktik* Bandung: Perdana
- Lumongga Lubis Namara. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Teori dan PrakteK* Jakarta: Pranadamedia Group.
- Marliany Rosleny. 2010. *Psikologi Umum*, Bandung: Pustaka Setia.
- Masganti Sit. 2017. *Perkembangan Peserta Didik*. Depok : Prenadamedia Group.
- M. Luddi, Abu Bahr. 2010. *Dasar-Dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik*. Bandung: Perdana Mulya Sarana
- Mohammad Ashori, Mohammad Ali. 2011. *Psikologi Rem\*. Perkembangan Peserta Didik* Pontianak : Bumi Aksara.
- Nasution Nur Ainun. 2013. *Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Melalui Teknik Konseling Behavioristik Di Kelas XI Man Panyabungan Kee. Panyabungan Kota Kab.Mandailing Natal*. Skrips.

- Nengah Sumirta, Wawan Candra, Gusti Ayu Harini. 2017. *Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keprawatan Jiwa*. Denpasar : CV. Andi Offset.
- Rachel Farakhiah, Hetty Krisnani 2014. *Sosial Work Jurnal meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan Pada Remaja Akhir Dengan Menggunakan Metode Reality therapy*.
- Sarwono Sarlito W. 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta :Rajawali Pers.
- Sutima.2012, *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal dan informal*. Bandung : Andi Offset.
- Suharsimi, Arikunto. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksarah.
- Tarmizi.2018. *Bimbingan Konseling Islam Konseling Islami*. Medan : Perdana Publishing.
- fohirin2008. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Prayitno. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Wawan Candra, Nengah Sumirta. Gusti Ayu Harini. 2017. *Psikologi. Landasan Keilmuan Praktik Keprawatan Jiwa*. Denpasar : CV. Andi Offset
- Wawancara dengan Ibu Amel selaku guru Bimbingan dan Konseling MAN 3 Medan, Jurnat 05 April 2019, di Kantor BK MAN 3 Medan
- Yusuf Syamsu Yusuf, 2008. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Rosda. Zuriah Nurul. 2009. *Metodelogi Penelitian dan Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

## DOKUMENTASI MAN 3 MEDAN



Gambar 1. Gerbang Sekolah MAN 3 Medan



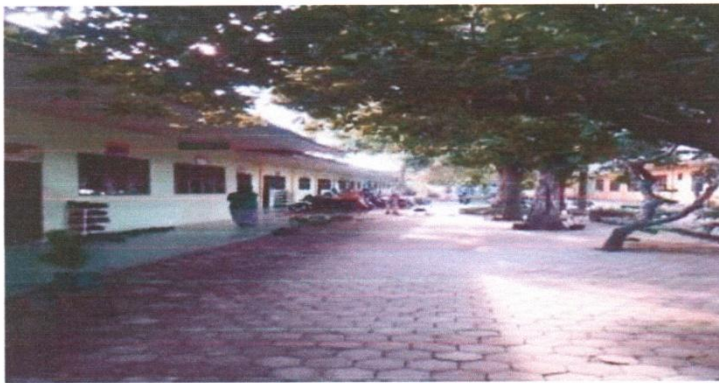
Gambar 2. Kantor Kepala Sekolah tampak depan



Gambar 3. Pendopo



Gambar 4. Ruang guru



Gambar 5. Beberapa Ruangan kelas X



Gambar 6. Beberapa Ruangan kelas XII IK1





Gambar 7. Lapangan Mushollah



gambar 8 FOTO RUANG KELAS XI IK-1 MAN 3 MEDAN



G

Gambar 9. FOTO PEMBERIAN ANGKET PRA SIKLUS



gambar 10 FOTO PEMBERIAN ANGKET SIKLUS I





Gambar 11. Foto Pemberian Pertemuan II Siklus I



Gambar 12. Foto pemberian pertemuan I SIKLUS II





Gambar 13. Foto Pemberian Pertemuan II Siklus II

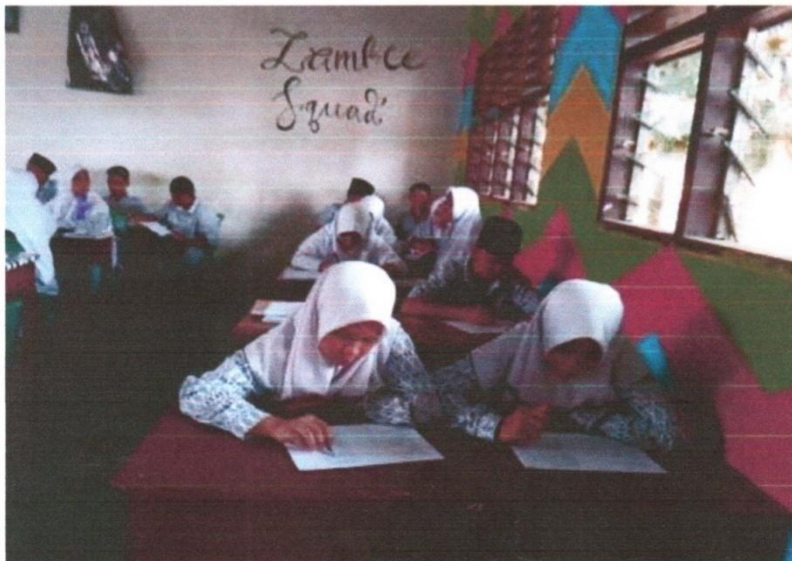


Gambar 14. Wawancara dengan guru Bk





Gambar 15. Pemberian pertemuan I siklus I



gambar 16 FOTO PEMBERIAN ANGKET SIKLUS II